



UNSS - mercredi 10 octobre

publié le 07/10/2018 - mis à jour le 09/10/2018

Descriptif :

Au programme cette semaine : matchs de rugby à Soyaux pour nos équipes et entraînements en kayak et handball/futsal . Pas d'entraînement en préparation physique/étirements. lisez la suite...

RUGBY

1er plateau au stade des rochers à Soyaux

Sont convoqués les BG, les MG et MF

Départ bus à 12h45

Retour entre 17h15/ 17h30

HANDBALL/FUTSAL

entraînement toutes catégories

Fin à 15h00

Notez bien : mercredi 17 octobre, matchs à Confolens pour nos équipes de BG et MF. Retour vers 17h30

KAYAK

entraînement toutes catégories

Fin à 15h00

PRÉPARATION PHYSIQUE / ÉTIREMENTS

pas d'entraînement ce mercredi.

Notez bien : mercredi 17 octobre, le cours aura lieu à Chasseneuil pour une rencontre collège/ lycée autour des activités du fitness (step, renforcement musculaire, stretching). Retour vers 17h00



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.