



MERCREDI 25 mars 2026

publié le 19/03/2026

Boxe et ultimate

Descriptif :

De 13h à 15h au gymnase : initiation boxe et frisbee.

Venez vous essayer à la pratique de la boxe et jouer au frisbee (ultimate) dans le gymnase. Nous vous attendons !

Le mercredi 1er avril :

test navette (déterminer sa VMA)

saut en hauteur, multi-sauts

course en relais et tirs



**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.