INFORMATIONS

publié le 17/03/2020 - mis à jour le 19/03/2020

Bonjour à tous,

Evidemment, vu le contexte actuel, tous les entrainemens et compétitions d'UNSS sont annulés jusqu'à nouvel ordre.

Il est demandé de rester chez vous pour le bien-être de tous... mais il va falloir bouger car c'est aussi vital pour sa santé !

Pratiquer une activité physique modérée de type aérobie (randonnée, course, vélo, corde à sauter, danser ...) chez vous,

dans vos jardins. Mais en aucun cas, vous donnez rendez-vous entre copains.

Portez-vous bien.

Mme HAREL

Document joint

une_seance_de_renforcement_complete (Word de 440 ko)

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.