



## Association Sportive 12/19/26 mars

publié le 10/03/2025 - mis à jour le 14/03/2025

### Gymnastique-Tennis de table, VTT et Athlétisme

---

Bonjour à tous,

Voici le programme des 3 prochains mercredi :

Les 3 entraînements auront lieu sur place donc sans places limitées et tous niveaux.

Horaires 13h-16h comme habituellement.

Prévoir gourde et repas qui sera pris au self ainsi qu'une tenue adaptée à la pratique.

Mercredi 12 mars :

Gymnastique et Tennis de table

Nous proposons un entraînement gymnastique suite à de nombreuses demandes (barres asymétrique, parallèles, poutre, saut, sol, etc...) ainsi qu'un tournoi de tennis de table. les 2 activités se dérouleront en même temps dans le gymnase. A vous de choisir...

Mercredi 19 mars :

Nous proposons une découverte de l'activité VTT à travers des parcours au stade et si nous le pouvons une petite sortie. Tous niveaux acceptés. cela nous permettra de mieux connaître vos capacités pour les prochaines sorties. Vous pouvez apporter votre vélo si vous le souhaitez sinon ils seront prêtés.

Mercredi 16 mars :

Athlétisme au stade afin de découvrir, choisir et préparer les épreuves d'athlétisme pour les championnats départementaux qui auront lieu le mercredi 16 avril.

N'hésitez pas à poser toutes vos questions sur pronote si besoin.

Sportez vous bien.

L'équipe EPS.