



UNSS: Mercredi 25 Novembre: CROSS DEPARTEMENTAL à Aytré + entraînement Gym

publié le 19/11/2015

Après la très belle course d'orientation de mercredi dernier (nos orienteurs s'annoncent très prometteurs), place au "bain de foule" autour du lac d'Aytré

32 élèves sont pour l'instant inscrits pour le cross départemental mercredi 25/11 à Aytré. Toutes les catégories sont couvertes pour être classé en équipe et se qualifier peut-être pour le cross académique à Angoulême en plus d'une éventuelle qualification en individuel.

Le départ devrait être vers 12h00 du collège, nous mangerons dans les tribunes en arrivant le temps des formalités habituelles. Le retour après la dernière course (des professeurs dans le bus sont jurys lors des courses et doivent rester à leur poste jusqu'au bout) devrait se faire vers 18h30. Confirmation dès que je reçois les horaires
Prévoir : tenue pour courir (un professeur récupèrera les vestes avant le départ et les apportera à l'arrivée), repas froid, boisson, éviter les objets " tentants" pour les autres, belles vestes, smartphones...

Le parcours autour du Lac est souvent très gras, prévoyez un sac plastique pour les vêtements ayant reconnu le parcours de trop près, de même, certains finissent parfois sans leur chaussures si les lacets ne tiennent plus,..., prévoyez !



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.