



Journée 100% Santé. Le mercredi 18 décembre

publié le 11/12/2019

Ce **mercredi 18 décembre 2019** sur le site de Malabry aura lieu une **journée académique 100% santé** avec plusieurs ateliers :

- 1 - PARCOURS DU COMBATTANT/TRAVERSEE
- 2 - CROSSFIT (rameur, kettelbell, box jump)
- 3 - PARCOURS HANDI
- 4 - ZUMBA5
- 5 - CO ENIGMES
- 6 - BIATHLON DEGUISE
- 7 - LES MARCHES

Objectifs :

- Promouvoir l'activité physique, mobiliser, bouger ensemble et faire vivre le sport
- Sensibiliser aux différents risques liés à la sédentarité : obésité, gestion du stress, du sommeil ...
- Relevé des indicateurs de la condition physique de nos élèves permettant d'établir un bilan simplifié

Pour participer à cette journée organisée par le district des lycées nord deux-sèvres, les élèves doivent s'inscrire avant le lundi 16 décembre midi.

▶ Allez vite chercher votre convocation, cette journée "**à fond la forme**" "**100% sport**" et "**100% fun**" n'attend que vous... des élèves dynamiques qui veulent s'amuser !

Portfolio



Document joint

 7 (PDF de 214.6 ko)