



541196 - ST MAX-ESSEY F.C.

Découverte renforcement musculaire

ACTION

Nom de l'action

Découverte renforcement musculaire

Date de l'action

06/12/2023

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

10

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

Découverte de plusieurs exercices de renforcement musculaire tout en veillant à leur montrer les bons gestes pour éviter les blessures

Photo(s)