



541196 - ST MAX-ESSEY F.C.

Étirement fin de séance

ACTION

Nom de l'action

Étirement fin de séance

Date de l'action

17/01/2024

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

15

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

Apprendre à bien s'étirer en fin de séances et comprendre son utilité afin de prévenir des crampes et autres douleurs

Photo(s)

