



563660 - ENT. S. VILLERUPT-THIL

Préparation athlétique

ACTION

Nom de l'action

Préparation athlétique

Date de l'action

25/09/2024

Public cible

U14-U19

Nombre de participants

25

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

Lors d'une séance U14-U15, nous avons fait intervenir 2 coachs sportifs spécialisés dans la préparation physique, le thème abordé est comment aborder la partie en athlétisme en préformation. Une partie théorique qui a servi autant aux joueurs qu'aux éducateurs, et une partie sur le terrain avec une mise en application de certains exercices réutilisables par les éducateurs dans les prochaines séances.

Photo(s)

