



# 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 athlétique 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)**

