

Reprises des entraînements

Catégorie : Important

Publié par [Olivier](#) le 24/7/2010

C'est avec un grand enthousiasme que nous vous faisons part de la reprise des entraînements, pour la saison 2010/2011.

LUNDI 16 AOUT à 17H30 sur la piste d'athlétisme A.REYMOND

Ou en cas de mauvais temps salle Ext-Ouest

La saison débutera par une phase de préparation physique à l'extérieur,

Du lundi 16 août 2010 au vendredi 20 août 2010

ette semaine, nous développerons des qualités de force résistance et force vitesse, nécessaire pour bien aborder le championnat dès s

Nous reprendrons les entraînements en salle dès le
lundi 23 août 2010

Les horaires et lieux des entraînements vous seront communiqués le 1
er
août.

nsi qu'une solidarité entre tous les membres des équipes. C'est pourquoi, nous vous attendons motivées à vous engager

Amicalement José et Jeannot