



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« FICHE ACTION »

Ligue : LIGUE AUVERGNE-RHONE ALPES DE FOOTBALL

District : District de l'Ain de Football

Club : AS D'ATTIGNAT

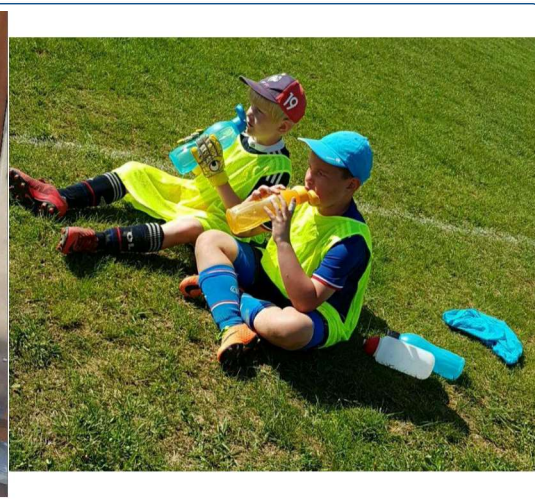


CHOIX DE LA THÉMATIQUE



Nom de l'Action : Apprendre à s'hydrater

PHOTO DE L'ACTION



RÉSUMÉ DE L'ACTION



Lors de notre stage au mois d'avril, les joueurs ont été sensibilisés sur l'hydratation :
Qu'est ce que l'hydratation ? Pourquoi faut-il s'hydrater ? Pourquoi l'eau est précieuse ?

Une mise en application toute l'année au sein du club avec la fourniture pour la saison d'une gourde par joueur.

