

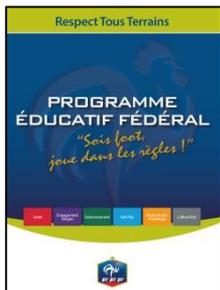
LIGUE AUVERGE – RHONE ALPES



Le Programme Educatif Fédéral *Fiche « action »*



Croix de Savoie Football Academy-Ambilly Féminin : S'hydrater pour bien jouer et l'importance des gourdes personnelles.



Référent P.E.F. / Elu du club : Alexandra Garcia

Mail : asgarcia22@gmail.com

Référent P.E.F. / Technicien du club : Shannon Fayolle

Mail : shannonfayollecsfa@gmail.com

2018-2019



Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu
et arbitrage

Culture foot



Thématique : Santé

Nom de l'action : S'hydrater pour bien jouer

OBJECTIF

- Sensibiliser nos jeunes licenciés à la nécessité de boire régulièrement avant, pendant et après un effort physique.

DESCRIPTIF

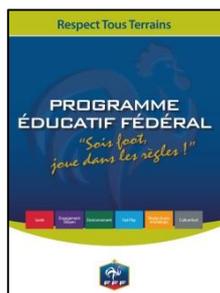
- Explication et présentation de l'importance de bien s'hydrater.
- Explication de l'importance d'apporter des gourdes personnelles à l'entraînement et aux matchs.
- Temps d'échanges après un retour sur le rôle de l'eau chez le sportif avec une photo d'ensemble de l'action.

Date et lieu : 16 novembre à Ambilly.

Action hebdomadaire

Catégorie(s) concernée(s) : U11 – U13

Nombre de participants : 15

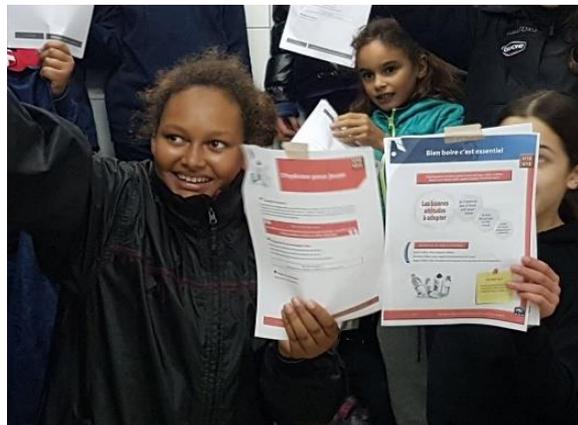
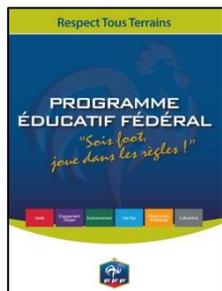


2018-2019

LIGUE AUVERGE – RHONE ALPES



Retour en images sur la manifestation :



2018-2019