

HAUT NIVEAU ENTRAINEMENTS REGIONAUX

Malika et Ludovic

Entraîneur Régional et Préparateur Physique
en collaboration avec tous les professeurs de clubs.

Dimanche 9 mars 2014

Gymnase St Exupéry à Reims



Publics concernés :

-Les professeurs : leur présence est indispensable pour que ce projet puisse aboutir.

-Aux compétiteurs à partir de Benjamins 2ème année ayant fait un podium national, interrégional et régional ainsi que les places de 5^{ème} à 9^{ème} dans ces manifestations.

Thème :

- 10 h 00 à 13 h 00 Entraînement spécifique
- Maîtrise gestuelle et la gestion de distance
- Préparations aux Championnats et Coupes de France

Encadrants :

- Malika SAFSAF entraîneur régional
- Ludovic BOUZRAR préparateur physique

