

Stage de préparation physique août 2016



Tu as envie de t'améliorer physiquement ?
D'être prêt pour cette nouvelle saison ?
Qu'on individualise ton programme de préparation physique ?

Inscris-toi vite !

Quoi ? 10 entraînements incluant :
Préparation physique générale
Préparation physique orientée sport collectif
Préparation spécifique handball
Préparation spécifique joueurs de champs et gardiens

Quand ? Tous les Mardis et Jeudis du 28 juillet au 30 août
de 11h30 à 13h00

Où ? Hall omnisport de Bressoux
et piste d'athlétisme de Herve

Prix du stage : 80 euros

Contact : 0474/93.32.07

Email : danse.nicolas@hotmail.com



Dispensé par

Nicolas Danse

Maitre en Sciences de la Motricité
Joueur du HC Visé BM
Joueur des Red Wolves

Inscription validée dès réception du paiement (nom+ prénom) : **BE36 0014 0838 0281**

Lien d'inscription google : <http://goo.gl/forms/t5pDX2Vbhh6EkgZA3>