



513166 - FOY.ESPE. DE TRELAZE

L'hydratation au coeur du terrain

ACTION

Nom de l'action

L'hydratation au coeur du terrain

Date de l'action

03/04/2024

Public cible

U6-U9

Nombre de participants

35

Thème de l'action

Santé

Fiches liées

S'hydrater pour jouer

Descriptif de l'action

La catégorie U8-U9 a été sensibiliser sur le fait de s'hydrater. Les enfants ont été questionner par les éducateurs, pour connaitre l'importance de la boisson "l'eau" pour être performant et avoir de l'énergie. Les enfants ont compris que pour leur bien-être, il fallait boire de l'eau avant, pendant et après.

Commentaire

Apporter sa gourde lors des entraînements et des matchs est un élément essentiel du footballeur

Photo(s)





