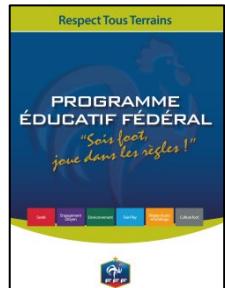




Le Programme Educatif Fédéral

Fiche « action »



ENTENTE SPORTIVE MANIVAL



Référent P.E.F. (Élu du club) : FABRE Axel

Mail : fabreaxel38@orange.fr

Référent P.E.F. (Technicien du club) : FABRE Axel

Mail : fabreaxel38@orange.fr



Thématique : Santé

Nom de l'action : Le sommeil



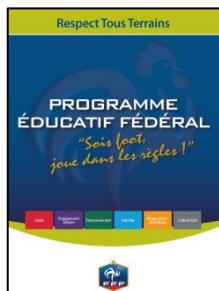
OBJECTIF

- Connaître l'influence du sommeil sur la santé et particulièrement sur l'activité football.



DESCRIPTIF

- Présentation de l'action.
- Recensement des pratiques usuelles de l'heure de coucher et de lever.
- Transmission d'informations liées à la durée, la qualité et les heures importantes.
- Informations concernant l'influence du sommeil sur la santé.
- Retour sur l'action avec les jeunes pour savoir comment ont-ils vécu l'action.



Date et lieu : Lundi 25/10/2021 - Saint Ismier

Action ponctuelle

Catégorie(s) concernée(s) : U12-U13

Nombre de participants : 20

2021-2022



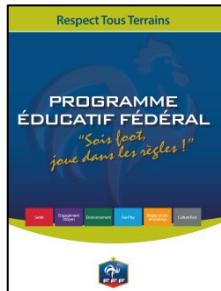
ЛИГЕ RHÔNE-ALPES DE FOOTBALL

L'AMOUR DU JEU

« Sois foot, joue dans les règles ! »



Retour en images sur la manifestation :



2021-2022

