PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« FICHE ACTION »

Ligue :	LIGUE AUVERGNE-RHONE ALPES DE FOOTBALL
District :	District Drôme-Ardèche de Football
Club :	US 2 VALLONS

U6 U9 ☐ U10 U13 ☐ U14 U19 ☐

CHOIX DE LA THÉMATIQUE

☑ Santé ☐ Engagement citoyen ☐ Environnement ☐ Fair-Play ☐ Règles du jeu et arbitrage ☐ Culture foot

Nom de l'Action :	INTERVENTION KINESITHERAPEUTES LORS DU STAGE DE PÂQUES

PHOTO DE L'ACTION

RÉSUMÉ DE L'ACTION

Mardi 20 avril 2021, Juan BERNAL, kinésithérapeute au cabinet de Chonas l'Amballan, est venu nous parler des techniques d'échauffement et d'étirements lors de notre stage de Pâques 2021. Joueurs et éducateurs présents ont été sensibilisés à l'absolue nécessité de s'échauffer et s'étirer avant et après les entraînements/matches afin d'éviter les blessures. Une intervention très utile et très appréciée de tous.