

ufolep

TOUS LES SPORTS / AUTREMENT

WEEK END OUTDOOR URBAIN

DU 29 AU 30 SEPTEMBRE

à Leudeville (91)

Événement dédié aux animatrices et animateurs du réseau UFOLEP, **spécialement ouvert au grand public !**

TARIFS ET INSCRIPTION SUR
inscriptions.ufolep.org/wkurbain18

Fédération sportive de
la **ligue de**
l'enseignement
un avenir par l'éducation populaire

WEEK END OUTDOOR URBAIN

PROGRAMME SAMEDI

9h30	Accueil et Ouverture	
11h-12h	Run & Forme Street Workout	Conférence #1 Gestes qui sauvent
14h-15h	le Test VMA Panna/Freestyle	Conférence #2 Podologie
15h45- 16h30	Bootcamp Double Dutch	Conférence #3 Diététique
20h- 21h30	<i>PASTA PARTY</i>	
22h-3h	<i>SOIREE BLACK PARTY</i>	

PROGRAMME DIMANCHE

9h30 - 10h30	X Cross	Cross training	Conférence #4 Médecine du sport
11h - 12h	Eliminator	TRX	Conférence #5 Préparation physique
14h - 15h	Biathlon Run Art du déplacement		Conférence #6 Kinésithérapie
15h45 - 17h	Clôture du Week End Outdoor Urbain		

*Programme susceptible d'être modifié

INFOS ET CONTACTS

Inscrivez-vous uniquement en ligne sur inscriptions.ufolep.org/wkurbain18

Salle des fêtes de Leudeville, 10 grande rue - 91630 Leudeville

Une organisation du comité départemental UFOLEP Essonne

email : arnaud.rizzo@ufolep91.org - tél : 01.69.36.08.15

NOS PARTENAIRES

DECATHLON PRO