

RDV des coachs alpins

Samedi 5 juillet

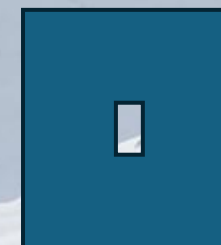
Centre Sportif Régional Alsace
5, rue des frères Lumière 68200 Mulhouse

Programme

8h30	Accueil	
9h-9h45	Ski et scolarité	Claudine Mettler
9h45h-10h30	Motivation et détermination dans un projet ski alpin	Lionel Losser
10h30-11h15	Itinéraire d'un coach alpin	Philippe Willmann
11h15-12h	technique GS : focus sur le transfert d'appuis	Tom Auer
12h-13h15	Repas	
13h15-14h	Préparation physique spécifique	Emilien Bontemps
14h-15h	La musculation dans les sports de glisse (théorie)	Edgar Finance
15h-17h	La musculation dans les sports de glisse (pratique)	Edgar Finance

Inscrivez vous ici
avant le 1^{er} juillet

ordi



tel



SCAN ME