

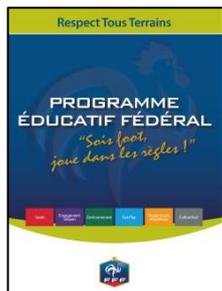
# LIGUE AUVERGNE – RHONE ALPES



## Le Programme Educatif Fédéral *Fiche « action »*



### **NOM du Club : GROUPEMENT FOOTBALL ALBANAIS 74**



Référent P.E.F. / Elu du club : PICCON Bruno

Mail : [bruno.piccon@orange.fr](mailto:bruno.piccon@orange.fr)

Référent P.E.F. / Technicien du club : Guerrier Damien

Mail : [damienguerrier74@gmail.com](mailto:damienguerrier74@gmail.com)

**2020-2021**

# LIGUE AUVERGNE – RHONE ALPES



Santé

Engagement  
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot



**Thématique : Santé**

**Nom de l'action : Intervention sur l'hydratation, l'alimentation et le sommeil**

## OBJECTIF

- Sensibiliser les joueurs sur l'importance de la préparation invisible du sportif

## DESCRIPTIF

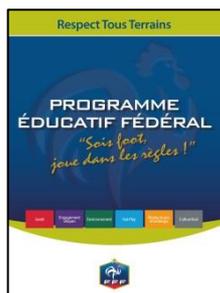
- Lors d'une journée d'entraînement durant les vacances avait lieu durant une séance classe foot une intervention sur la préparation invisible du sportif (l'hydratation, l'alimentation et le sommeil). A cette occasion les joueurs ont pu aborder ses différents thèmes avec une partie théorique, des travaux de groupes et des quizz par équipes.

Date et lieu : Octobre 2020

Action annuelle

Catégorie(s) concernée(s) : U13 Classe foot

Nombre de participants : 36

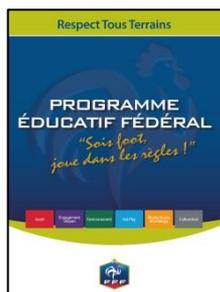


2020-2021

# LIGUE AUVERGNE – RHONE ALPES



Retour en images sur la manifestation :



2020-2021