



# PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

## « FICHE ACTION »

Ligue : BOURGOGNE

District : COTE D'OR

Club : AS BEAUNE



### CHOIX DE LA THÉMATIQUE



Nom de l'Action : NUTRITION (repas d'avant match)

### PHOTO DE L'ACTION



### RÉSUMÉ DE L'ACTION

“

A l'occasion d'un plateau nos jeunes de la catégorie U10/U11 ont été sensibilisé à la confection d'un repas d'avant match.  
L'éducateur a diffusé un diaporama sur les bienfaits de la nutrition dans le sport (aliments à consommer ou à éviter)  
Les jeunes ont partagé un repas sportif avant le plateau

”

