



528070 - US EQUIHEN PLAGE

la douche après l'effort

ACTION

Nom de l'action

la douche après l'effort

Date de l'action

16/03/2024

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

12

Thème de l'action

Santé

Fiches liées

Prendre une douche après l'effort

Descriptif de l'action

Depuis le début de saison, Cédric et Frédéric les éducateurs de la catégorie U12U13 sensibilisent leurs jeunes sur l'importance de prendre une douche après chaque entraînement et match, de préférence au stade avant de se rhabiller. Un message qui porte ses fruits puisque chacun d'entre eux prend désormais sa douche au stade avant de repartir et non chez lui après avoir remis ses habits en étant encore en sueur et parfois plein de terre

Photo(s)

