

FLASH'Rostrenn

Pense-bête

Cette semaine...
RAID D'AUTOMNE

Trail
VTT
Kayak de mer
à Tournemine
PLERIN

Bon raid à tous !!!!

Les semaines à venir...

14 Octobre

ESCALADE
Loudeac

FUTSAL2
spécial formation arbitre
Saint Briec ou Guingamp

4 Novembre

BADMINTON Journée2
St Briec

HANDBALL Journée2
Guingamp

11 Novembre

FERIE

18 Novembre

CROSS DEPARTEMENTAL
Lamballe

Pensez...

A consulter le blog !

<http://rostrennas.canalblog.com>

Le déplacement de mercredi dernier

Le mercredi 30 septembre se déroulait la première journée de badminton duos. Nous nous sommes déplacés à Guingamp avec trois équipes garçons, une équipe fille et une équipe mixte.



Journée Badminton n°1 - Gymnase de Kergoz - GUINGAMP

Pour cette première journée, les garçons ont accroché la deuxième place avec la victoire à portée de mains ! (peut-être pour la prochaine rencontre ?)

Tous les élèves ont fait preuve d'esprit sportif, de fair-play dans une bonne humeur générale ! Ils ont aussi tenu le rôle d'arbitre quel que soit leur niveau et ressortent tous plus formés dans ce domaine avec pour certains d'entre eux une certification lors des prochaines journées (arbitre départemental)!

La motivation et l'état d'esprit des élèves nous promettent de belles rencontres à venir ...en espérant avoir encore plus d'équipes à la prochaine journée dans toutes les catégories !"

Quelques repères pour la suite

Il est toujours bon de **rappeler les règles d'or de notre AS** :

- j'anticipe mes déplacements en prévenant mes enseignants le plus tôt possible
- je rattrape mes cours manqués pour le vendredi matin qui suit la compétition (8h)
- je ne peux pas m'inscrire 2 mercredi d'affilé sauf dérogation
- je peux être suspendu à tout moment par mes enseignants, qui me préviendront pourquoi en collaboration avec mon professeur d'EPS

Les entraînements de la semaine

Lundi	Mardi	Jeudi	Jeudi
Mme LE COQ	Nolwenn	David	M. PERRICHOT
Musculation	Musculation	Futsal	Musculation