

## **FORMATION CONTINUE MARCHE NORDIQUE ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE**

**Samedi 9 décembre à Tournon sur Rhône.**

Début de la formation : **9h30**

**Intervenant** : Sébastien Cornette, Coach Athlé Santé EA Tain Tournon

**Programme** :

Rappels théoriques

Exemples de séances sur le terrain

Programmation - Planification.

**Coût** : Le coût de l'inscription est de 15€

**Modalité d'inscription** :

L'inscription ne sera prise en compte qu'après l'envoi de la fiche d'inscription complétée à la Ligue AURA d'athlétisme ou à [collard.ph@wanadoo.fr](mailto:collard.ph@wanadoo.fr) au plus tard le vendredi 17 novembre 2017.

Paiement, par chèque à l'ordre de la Ligue AURA d'Athlétisme, à envoyer à la Ligue AURA Athlétisme, Le transalpin 31 Avenue d'Italie, 38300 Bourgoin-Jallieu. A l'attention de Philippe Collard – FCMN Tournon

Une convocation précisant le programme et le lieu de rendez-vous sera envoyée aux inscrits.

### **FICHE D'INSCRIPTION Á LA FORMATION CONTINUE**

**Nom** :

**Prénom** :

**Club** :

**N° de Licence** :

**Diplômes FFA** :

**N° Tel** :

**E mail** :

**Je participerai à la journée de formation marche nordique RM, le samedi 9 décembre 2017**