

Association sportive d'Etienne DOLET

Envie d'avoir une activité physique en dehors de tes cours d'EPS ? Envie de te retrouver entre ami(e)s et de te défouler ?

L'association sportive du lycée propose 3 activités sportives :

- **FITNESS** : Tous les **mardis** de **12h10 à 13h10**, et tous les **mercredis** de **14h à 15h**, en salle **B30** : abdos fessiers, remise en forme, chorégraphies collectives, assouplissement, le tout en **MUSIQUE** !

L'objectif est de se renforcer musculairement voire de perdre du poids.



- **BOXE** : Tous les **vendredis** de **12h10 à 13h**, en salle **B30** : boxe française ou thaïlandaise.

L'objectif n'est pas de se faire mal mais de découvrir une nouvelle activité physique basée sur des assauts réglementés



- **BASKET** : Viens représenter ton lycée lors de matchs académiques voire inter-académiques. Nous rencontrons d'autres établissements parisiens. Il y a environ 5 matchs dans l'année qui ont lieu **les mercredis après-midi**. Les joueurs ou joueuses de l'équipe seront dispensés de cours les jours de match et devront rattraper, par eux même, les cours manqués. L'objectif est de représenter ton lycée dans une activité sportive.



Conditions :

- **18 euros** pour l'**ANNÉE** !
- Nécessité d'un **certificat médical** de « non contre indication à la pratique sportive »
- **Autorisation parentale**