

## COMPTE RENDU : JOURNÉE PING, SPORT & SANTÉ AU FÉMININ DU SAMEDI 09 MARS 2019

Encadrée par Camille SAUZET, Guillaume MONTEGU et Lucie COUTAUDIER, cette nouvelle journée a démarré sous le signe de la bonne humeur pour les participantes. Elle s'est déroulée au club de Bobigny.

La journée a débuté par 1 h de stretching avec Lucie.







Avec des exercices de respiration.



Différentes activités : notamment déplacements latéraux et paniers de balles.





Ainsi que de la proprioception et du gainage.





Des exercices sur différents services en panier de balles.



Notre maître de cérémonie : Camille avec son sourire enjôleur.



Et pour finir la photo de groupe.



De gauche à droite : Nathalie BAUDRY, Lucie COUTAUDIER, Guillaume MONTEGU, Cathy MASSELOT-REDOLFI, Christiane DEMEILLAT, Chloé BONNET et Camille SAUZET

Merci à Camille SAUZET, Guillaume MONTEGU et Lucie COUTAUDIER pour cette très sympathique journée !!!

La prochaine journée aura lieu **le samedi 18 mai 2019 à Bobigny.**

N'oubliez pas de la noter sur votre agenda 😊

Cathy MASSELOT-REDOLFI