# PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

## « FICHE ACTION »

| | |
|---|---|
| **Ligue :** | LIGUE DU GRAND EST DE FOOTBALL |
| **District :** | District de la Haute-Marne de Football |
| **Club :** | FC Bologne |

☑ U6 U9 ☐ U10 U13 ☐ U14 U19

## CHOIX DE LA THÉMATIQUE

☑ Santé ☐ Engagement citoyen ☐ Environnement ☐ Fair-Play ☐ Règles du jeu et arbitrage ☐ Culture foot

**Nom de l'Action :**

## PHOTO DE L'ACTION

## RÉSUMÉ DE L'ACTION

**Les éducateurs ont sensibiliser les jeunes licenciés à la nécessité de boire régulièrement avant, pendant et après un effort physique.**
**- Je n'attends pas d'avoir soif pour boire.**
**- Je bois d'avantage s'il fait chaud et à petite gorgée.**