

<https://dumezil.lycee.ac-normandie.fr/?Association-sportive-UNSS>



Lycée Georges Dumézil
Route d'Ivry BP 909 - 27207 VERNON - 02 32 71 23 00

Association sportive (UNSS)

- Présentation - Vie lycéenne - Associations - Association sportive (UNSS) -



Publication date: mardi 11 octobre 2022

Copyright © Lycée Georges Dumézil - Tous droits réservés

Retrouvez dans cet article toutes les informations concernant l'Association Sportive du lycée.

<https://dumezil.lycee.ac-normandie.fr/sites/dumezil.lycee.ac-normandie.fr/local/cache-vignettes/L64xH64/pdf-b8aed.svg>

Inscription UNSS

Vous trouverez ci-contre le document **pour obtenir votre licence UNSS**.

Vous devez fournir :

- l'autorisation parentale
- un règlement de 23 euros (chèque à l'ordre de l'AS du lycée G. Dumezil)

<https://dumezil.lycee.ac-normandie.fr/sites/dumezil.lycee.ac-normandie.fr/local/cache-vignettes/L64xH64/pdf-b8aed.svg>

Planning UNSS

<https://dumezil.lycee.ac-normandie.fr/sites/dumezil.lycee.ac-normandie.fr/local/cache-vignettes/L64xH64/pdf-b8aed.svg>

Présentation des activités UNSS

Une fois l'ensemble remis aux enseignants d'EPS, vous pouvez alors vous engager dans les **nombreuses activités** proposées au lycée.

Association sportive (UNSS)

	<p>Musculation</p> <p>Adaptée à toutes morphologies et toutes pratiques sportives, venez seul ou à plusieurs goûter aux bienfaits de cette activité</p>	
	<p>Cross FIT</p> <p>Faire une musculation équilibrée et dynamique avec un objectif de compétition ou simplement un projet sportif</p>	
	<p>Cardio Abdos Fessiers</p> <p>Les séances de « C.A.F » permettent de reprendre et/ou maintenir une activité physique adaptée à son niveau en musique! Cette activité articule à la fois le renforcement musculaire du corps et le travail cardio.</p>	
	<p>STEP</p> <p>Pour travailler ton cardio, créer des enchaînements ou réviser pour tes leçons d'EPS. Séances autant pour les débutants que les confirmés.</p>	

	<p>Volley</p> <p>Que cela soit pour préparer les Beach volley de l'été, ou pour progresser dans cette activité, ce créneau permet de passer un moment de convivialité.</p>	
	<p>Basket Ball</p> <p>Entraînements tout niveau et mixtes.</p>	
	<p>Futsal</p> <p>Viens faire un foot dans le gymnase avec des gens de ton niveau et sans temps d'attente (18 joueurs maximum).</p>	
	<p>Hand Ball</p> <p>A l'image de nos équipes Françaises masculine et féminine médaillées d'argent aux Jeux Olympiques de RIO, viens pratiquer le handball en loisir ou en compétition.</p>	

	<p>Badminton</p> <p>Pour les débutants comme pour les confirmés, en double ou en simple, rejoins-nous pour progresser ou simplement te défouler. 2h pour frapper le volant et passer un bon moment sportif avec tes copains.</p>	
	<p>Tennis de Table</p> <p>Viens apprendre à jouer au ping-pong avec maître Sicre Cheng</p>	
	<p>Combat Pied-Poing</p> <p>Karaté et Boxe pied/poing en loisir ou compétition, venez pratiquer un sport de combat complet et ouvert à tous quel que soit votre niveau.</p>	

Association sportive (UNSS)

	Acrosport Et si on retournait au championnat de France ? Rendez-vous au gymnase pour monter des équipes !	
	Gymnastique Pour le bac, faire des compétitions ou juste pour le plaisir venez vous essayer aux acrobaties et enchainements gymniques ! Travail personnalisé en fonction de vos objectifs !	
	Escalade Viens exercer tes talents de grimpeur ou découvrir une nouvelle activité qui donne de la hauteur !	