Cross Training
Renforcement musculaire

Salle de sport du lycée

Lundi & Mardi 18h15 - 19h30

Si vous souhaitez vous remettre en forme, améliorer votre condition physique et vous muscler dans une ambiance conviviale, cette activité est faite pour vous !

ZUMBA

Salle de sport du lycée

Jeudi 18h15 - 19h30

Sur des rythmes variés tels que latino, pop, etc… Le travail cardio et chorégraphique vous permettra de transpirer tout en vous amusant.

SPORTS D'OPPOSITION

Salle de sport du lycée

Mercredi 18h15 - 19h30

Basket, tennis de table, boxe française, handball, rugby… Venez pratiquer différentes activités selon les semaines.

Au regard du contexte actuel, nous serons particulièrement vigilants au respect du protocole sanitaire mis en place au LIEP ainsi qu'aux recommandations nationales relatives au déroulement des activités physiques en EPS et à l'AS.

Aussi, des modifications de l'offre d'activités ou des conditions de pratique sont susceptibles d'avoir lieu en cours d'année.

LIEP EPS
Lycée International de l'Est Parisien

Horaires 2022-2023	Activité	Professeur
Lundi 18h15-19h30	**Cross Training**	M. Morais
Mardi 18h15-19h30	**Renforcement Musculaire**	Mme Martial
Mercredi 18h15-19h30	**Sports d'opposition**	M. Morais
Jeudi 18h15-19h30	**ZUMBA**	Mme Martial

UNSS
UNION NATIONALE DU SPORT SCOLAIRE

Les objectifs

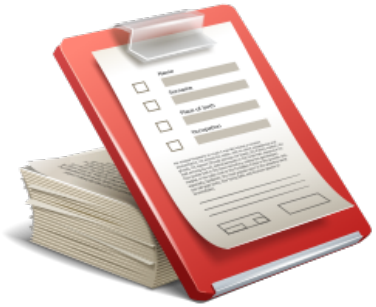
- Pratiquer une activité sportive régulière dans un cadre de loisirs et/ou de compétition (pratiquer avec les amis, rencontrer d'autres établissements…)
- S'entretenir et se développer physiquement, progresser et prendre du plaisir
- S'investir dans différents rôles sportifs (pratiquant, arbitre, coach…) et associatifs (secrétaire, membre du bureau, journaliste…)
- Participer à des événements sportifs rassemblant des établissements de la région île de France

Modalités d'inscription

Pour nous rejoindre et adhérer à l'Association Sportive vous devrez remettre à votre enseignant d'EPS les documents suivants:

- Une **autorisation parentale** pour les élèves mineurs (document à retirer au bureau EPS)
- Une **cotisation de 15 euros** (en liquide ou chèque à l'ordre de l'« *Association Sportive du LIEP* »)

NB: le certificat médical n'est désormais plus obligatoire pour s'inscrire à l'Association Sportive*



**La loi de modernisation du système de santé du 26/01/16 a modifié le code de l'éducation comme suit: Art 552-1: « tout élève apte à l'EPS est réputé apte aux activités physiques et sportives volontaires organisées par les associations sportives scolaires*

A bientôt sur les terrains de sport !

LIEP EPS
Lycée International de l'Est Parisien

Contact

J.Martial

P. Morais

Enseignants d'EPS

lieps93@gmail.com

Infos et actualités

L'application de l'AS du LIEP

UNSS
UNION NATIONALE DU SPORT SCOLAIRE