

# Entraînements

## Mardi & Jeudi à l'Institut

Ouverts à tous les élèves  
de la 11e à la Terminale

- De 12:00 à 12:50 (Primaire)
- De 13:00 à 13:45 (Secondaire)
- SANS inscription préalable

## Dimanche Parc des Evaux et Parc des Eaux-Vives

Ouverts à tous  
parents, enfants, famille

- Encadrés par **2 coaches professionnels**
- De 8:30 à 9:30
- Les **5 et 19 Novembre aux Evaux**
- Les **12 et 26 Novembre Aux Eaux-Vives**
- Inscription via le QR code
- Echauffement collectif
- Entraînements par niveau



# Nos coaches



**Ruche Edgard**



**Bard Genoud  
Corentin**



**Gex Sébastien**