



ACTUALITÉS :

Course des espoirs

Octobre a commencé avec une course de championnat interdépartemental de Sprint jeunes espoirs à Bischwiller.



Nous avons eu une très belle journée ensoleillée, encore plus illuminée grâce à quelques médailles gagnées par le club.



Médaille d'or pour Chloé dans la catégorie poussine et médaille d'argent pour Edmée dans la catégorie benjamine.

Bravo bien évidemment à tous les athlètes de Molsheim qui ont fièrement représenté les couleurs du club.

Accueil de classe

Une classe de terminale du lycée Louis Marchal a suivi un cycle canoé-kayak au club.



Les jeunes lycéens ont appris à diriger une embarcation, connaître le milieu aquatique, assurer leur sécurité et la sécurité de leurs camarades.

Ils reviendront au printemps pour faire valider leurs acquis.

Stage de la Toussaint

Nous avons accueilli 10 stagiaires du lundi 23 au vendredi 27 octobre.



Au programme : amélioration de la technique de kayak de slalom et de kayak de descente.

Durant ce stage, les mouvements pour pagayer de la manière la plus efficacement possible ont été décomposés. Une attention toute particulière a été portée à la phase d'attaque, à la phase de propulsion et à la phase aérienne.

La vidéo a été d'une grande aide pour permettre aux stagiaires d'identifier leurs défauts et ainsi de mieux les corriger.



L'ambiance du stage était bon enfant et la météo a été clémente.

Fin des entrainements de canoé-kayak

C'est la fin des entrainements sur l'eau.

Le 27 octobre le club a rangé ses canoés-kayaks dans le hangar où ils vont pouvoir se reposer tout l'hiver.



Pas de repos pour les athlètes du club pour autant !

Nous avons ressorti les skis roue. Quand il y aura de la neige, nous ressortirons les skis de fond pour entretenir notre condition physique en attendant le printemps.



Contact

BRUCHE SPORT PASSION MOLLSHEIM
Tél.: 03.88.50.12.50

24 rue de la Chapelle
Portable: 06.75.90.96.65

67190 DINSSHEIM-SUR-BRUCHE
Courriel: bspmolssheim@wanadoo.fr