

Yolande PUJOS
Présidente CDRS31
30 Rue Hoche
31330 GRENADE
06.10.80.12.27

Grenade le, 15/10/2016

INVITATION

Patineurs, Parents de patineurs, Dirigeants, et toutes Personnes intéressées,

Le CDRS 31 vous convie à participer à une soirée organisée par Juliette Pouydebat dans le cadre de son service civique.

Cette soirée aura pour thème **« La diététique pour les sportifs ».**

Elle sera animée par Monsieur Patrick JOUD, Masseur-Kinésithérapeute, titulaire d'un Diplôme Universitaire de diététique du sport, et intervenant dans le suivi sportif de pilotes moto de haut niveau.

Le CDRS 31 aura le plaisir de vous accueillir le **mercredi 26 octobre à 20 heures**, dans la salle des aînés de Pibrac,

Déroulement de la soirée :

- 🚩 Présentation
- 🚩 De quoi ont besoin les muscles pour fonctionner ?
- 🚩 Que manger et boire ? Quand ?
- 🚩 Application au roller

La présentation durera 1h et sera suivi par un **apéritif dinatoire diététique**.

Afin d'optimiser un maximum cette soirée, merci de confirmer votre présence rapidement à :

juliette.servicecivique@gmail.com - COPIE à : cdrs31@sfr.fr

Bien sportivement

Yolande Pujos

Présidente CDRS 31



P.S / A diffuser très largement auprès de tous vos adhérents.