

Rencontre inter-établissements ZUMBA

« Ce mercredi 12 décembre c'est déroulée la première rencontre inter établissement de ZUMBA!

De 13h à 15h, le collège Saint Jean Baptiste de la Salle a accueilli les licenciés du collège Saint Marie et ceux du collège Notre Dame pour transpirer dans la joie et la bonne humeur sur des musiques actuelles et latines

Cet événement a permis aux élèves d'allier sport et diététique lors de la dégustation d'un goûter équilibré composé de clémentines et de pancakes à la banane sans sucre raffiné et sans beurre!

Le sourire et les joues bien rouges nous encourageant à poursuivre notre action sur le manger/bouger à travers la zumba, qui reste une activité plaisir et non compétitive pour des élèves ayant besoin de lâcher prise, le temps d'une danse sportive!

Si vous souhaitez rejoindre cette dynamique, les prochaines dates sont: le 6 mars et le 5 juin.

Allez à vos baskets!!! »



