



27 novembre 2020

# Plongez au cœur du club

Aujourd'hui venez découvrir la commission communication pilotée par Fabienne BENHAMOU

Découvrir ...



### **Entrainement**

Chaque semaine nous vous proposons des vidéos pour apprendre ou vous perfectionner sur des gestes techniques, ou de la préparation physique.

### Cette semaine:

- Départ en dribble et arrêts
- Préparation physique sur le travail des appuis



Voir les vidéos ...



### A la rencontre de ...

Venez faire connaissance avec une personnalité de notre club. Pour cette newsletter rendez-vous un deuxième joueur de notre équipe 1 seniors RM3

Lire la suite ...



## Fan de l'ALV

Si vous ne vous êtes pas encore équipés aux couleurs de votre club ... il est encore temps de passer commande

**Commander**