



Urgent : OFFRE DE STAGE SAISON 2018-2019

Le Running Club de Colombier Saugnieu (RCCS) regroupe une cinquantaine d'adhérents.

Le niveau et les objectifs sportifs étant hétérogènes, notre association recherche un étudiant en STAPS dans les filières préparation physique ou entraînement afin de permettre aux adhérents qui le désirent d'améliorer leurs performances sportives en course.

Créneaux souhaités : le mardi ou jeudi soir de 19h à 20h, ou en dernier ressort le mercredi si pas de disponibilité lors des autres jours.

Lieu des séances : piste d'athlétisme de Colombier Saugnieu, à proximité de la salle des fêtes de la Dauphinoise et autour de l'étang des Salines et chemins environnants.

Contenus souhaités des séances : renforcement musculaire, gainage, fractionnés, test VMA, circuits training participant à la cohésion d'équipe. Certains adhérents auront peut-être besoin de conseils spécifiques avec programmes dédiés

Le club organise également la course nature des 3 étangs, le 21 octobre 2018 sur des distances de 9km et 18km. 800 participants sont attendus pour l'édition 2018. Possibilité de participer à l'organisation de l'évènement.

Indemnisation possible si les objectifs du stage sont atteints.

Pour toute candidature s'adresser à George VISCOGLIOSI, Président du club

en envoyant CV et lettre de motivation

Par mail à georges.viscogliosi@wanadoo.fr