

El' feul' du 59

Mai 2016



- 05.05 : 15^{ème} meeting - Douchy les Mines
- 08.05 : championnat régional 10 km Trith Saint Léger
- 12.05 : soirée athlétisme – Sin le Noble
- 21.05 : triathlon jeunes – Beuvrages
- 28.05 : 3^{ème} meeting V. Labalette - Trith Saint Léger
- 01.06 : 15^{ème} meeting - Auby



- 01.05 : 3^{ème} journée été – Raismes
- 22.05 : trophées 2016 - Raismes
- 29.05 : finale département été Auby



L'épouse de Basile DRUMEZ, ancien coprésident du comité Nord FSGT et président du JC Flersois ainsi que Daniel DUFOUR de l'AS Sin le Noble et JANSSENS du CO Barlin nous ont quittés.

Formations BAFA



Calendrier sur le site du Comité
www.fsgtnord.org

- 01.05 : région jeunes – Auby
- 04.05 : stage jeunes – Auby
- 14, 15 et 16.05 : championnat de France Seniors individuels et équipes – Equipes régionales poussins mixtes – Benjamins individuels – Kyus cadets et juniors/seniors individuels - Sin le Noble
- 19.05 : stage katas et formation brevet fédéral - Auby



MUSCLE TON CORPS..... ENTRAÎNE TON CERVEAU



LA PRÉPARATION MENTALE

UNE NOUVELLE ARME POUR SE SENTIR BIEN
UN NOUVEL OUTIL POUR LA PERFORMANCE
SAMEDI 11 JUIN 2016

DE 9H30 À 16H30

CONTACT : 03.27.47.96.55 - PASCAL-FSGT@WANADOO.FR

Intervenante : Delphine CARTIER
Directrice associée de la KimSportAcademy - Ancienne Sportive de haut niveau du PSC-Judo
Diplômée en préparation mentale PERFINSPORT pour le suivi des sportifs et des staffs de haut niveau
Le lieu sera déterminé selon la provenance des stagiaires

FORMATION 4 et 5 JUN 2016

ANIMATEUR
Samedi de 8 h 30 à 18 h 30
Dimanche de 8 h 00 à 17 h 15

Marche Nordique

COMINES

Renseignements complémentaires sous peu (fiche d'inscription, comprenant le lieu, les prix de la salle, le tarif, la restauration... le programme des deux jours)

Contact F.S.G.T. Comité du Nord - 03.27.47.96.55 www.fsgtnord.org

J E U X

2	1					3	9
		2		1			
	3		4	8			7
1	9		6		2		8
		4		9		5	
6	8		1		4		9
	7			1	6		4
			9		5		
4	5					1	8

Facile

5				8	1		
2		9					3
	8			2		1	
					6	7	
7	6						4
		1	2				
		4		6			7
						4	
3							8
			7	5			3

Diabolique

8	1	9	6	7	5	4	3
2	7	8	5	4	6	1	9
5	4	6	9	1	8	7	3
6	2	7	8	5	4	3	1
9	6	5	8	7	1	5	8
1	9	5	8	6	7	4	2
4	8	7	2	5	9	6	1
7	2	1	6	8	4	9	5
9	5	8	1	7	2	4	6
6	8	4	7	9	5	8	1

Facile

8	1	9	6	7	5	4	3
2	7	8	5	4	6	1	9
5	4	6	9	1	8	7	3
6	2	7	8	5	4	3	1
9	6	5	8	7	1	5	8
1	9	5	8	6	7	4	2
4	8	7	2	5	9	6	1
7	2	1	6	8	4	9	5
9	5	8	1	7	2	4	6
6	8	4	7	9	5	8	1

Diabolique

Solutions des jeux