COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS VAL-D'OISE

Voici leurs conseils à toutes les femmes !

" Aucune qualité particulière n'est nécessaire sauf celle de pousser la porte d'un cercle d'escrime et de partager un enseignement rigoureux, de vouloir "appartenir" à une famille. "

Martine - Escrime

" Toujours garder l'envie "

Estelle - Natation Artistique

" Révélez « l'athlète » qui sommeille en vous "

Elodie - Aïkido

" Il ne faut pas hésiter à s'inscrire dans un club, à jouer, à prendre du plaisir et puis en grandissant soit continuer à être joueuse, soit devenir arbitre, soit devenir bénévole. "

Manuela - Football

" S'entrainer, persévérer, respecter ses partenaires et ses adversaires "

Kanittha - Pétanque

" Allez-y, ce n'est pas un sport de gros bras ! "

Iris - Escalade

"Venez, Vous allez kiffé !"

Sonia - Viet Vo Dao

" Le sport est bon pour la santé physique et mental ! Alors go ! "

Pauline - Running, Yoga

" Faites vous plaisir ! "

Karen - Triathlon

" Jouez avant tout pour votre plaisir "

Laetitia- Handball

" Faire un sport comme le volley c'est intégrer une famille. Il ne faut pas hésiter ! "

Mélissa - Volley-Ball

" Oser franchir le seuil de la porte. Foncer sans douter. S'éclater et ne jamais rien lâcher. "

Virginie - Savate

"Vous êtes autant capable qu'un homme et ne doutez jamais"

Laurence - Football

" Le mental est aussi important que le physique. Il est important d'être accompagné par des personnes bienveillantes. "

Consiglia - Wushu

" Foncez !!! c'est un sport très original. Il combine le côté collectif autant qu'individuel et demande aussi un aspect stratégique très intéressant. "

Caroline - Softball

" Venez expérimenter "

Marie - Natation Synchronisée

" Le sport doit faire partie de votre emploi du temps "

Marie Agnès - Gymnastique

" Ne pas hésiter car l'équitation est non seulement un sport mais un partage avec le cheval, une vraie connexion "

Carine - Equitation

" Quelque soit leur âge, leur morphologie, qu'elles viennent essayer et adopter le Rugby "

Michèle - Rugby

" Il faut y aller, le sport est source de dépassement de soit, de confiance et de bien être "

Noëlle - Patinage

Journée Internationale du Sport Féminin

24 Janvier 2023