L'Isle-Adam
ville parc, ville numérique

Haut Val d'Oise Handball club (HVO)

Club Handball à partir de 3 ans jusqu'à .... avec des sections féminines.

NOUVEAUTE 2021-2022 : Création du Handfit

Le HANDFIT est une pratique collective au service de la santé de l'individu et qui doit permettre au club, de proposer à des publics nouveaux, une possibilité de pratique répondant à des besoins jusque-là non couverts

Cette Activité/Pratique fédératrice par excellence, et très bon outil pour créer la cohésion du groupe ou tout simplement pour se renforcer de manière ludique. Préparation à l'effort, chauffer les muscles, activation de la circulation sanguine, assouplissement du muscle, réduction de la fatigue, des courbatures (automassage) et des points de tension, prévention des chutes, amélioration de la stabilité neuro musculaire, lutte contre la prise de poids, entretien de la fonction cardiaque, détendre et relâcher les muscles, concentration sur soi, apprendre ou contrôler le retour au calme avec la respiration profonde qui permet la détente, diminution du stress et le contrôle de ses émotions, dépense énergétique, Plaisir et Partage.....

Le HVO rémunère une intervenante extérieure diplômée d'Etat

NOUVEAUTE 2022-2023 : Création d'une section Loisirs mixtes le mercredi soir à l'Isle Adam et d'une seconde équipe Féminine Sénior

NOUVEAUTE 2023-2024 : Création d'une école d'arbitrage Enfants et Adultes - Création de licences blanches pour les parents qui intègre le club et qui participe à la vie de l'association (Encadrement, responsable de salle et de la table lors des rencontres à l'Isle Adam...)

SUIVEZ L'ACTUALITÉ DU CLUB

RETROUVEZ LE HVO SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX, l'actualité du club y est régulièrement publié

Nous sommes actifs sur FACEBOOK, notamment pour les informations pratiques, mais aussi sur INSTAGRAM (@hvo_hbc) pour les " médias " concernant l'actualité de nos équipes ! Rejoignez-nous !! #tousderrierelehvo #gohvo

FACEBOOK : HVO Handball Club de L'Isle-Adam / Persan https://www.facebook.com/profile.php?id=100010736806619 ou https://www.facebook.com/HVOHandballClub

INSTAGRAM : @hvo_hb

SNAPCHAT : @hvo_hb

TWITTER : @hvo_hb

Nous vous rappelons également que l'ensemble des informations dont vous pourriez avoir besoin concernant le club, est disponible sur notre site internet

Site Internet : hvo.clubeo.com

Coordonnées

HAUT Val D'Oise Handball
18 rue de l'Église
60530
Fresnoy-en-Thelle
5895019@ffhandball.net
06 24 65 48 10
Liens utiles

Site Web
FACEBOOK
Contact

Monsieur LAVAL Cyrille

Président

Portable : 06-24-65-48-10