

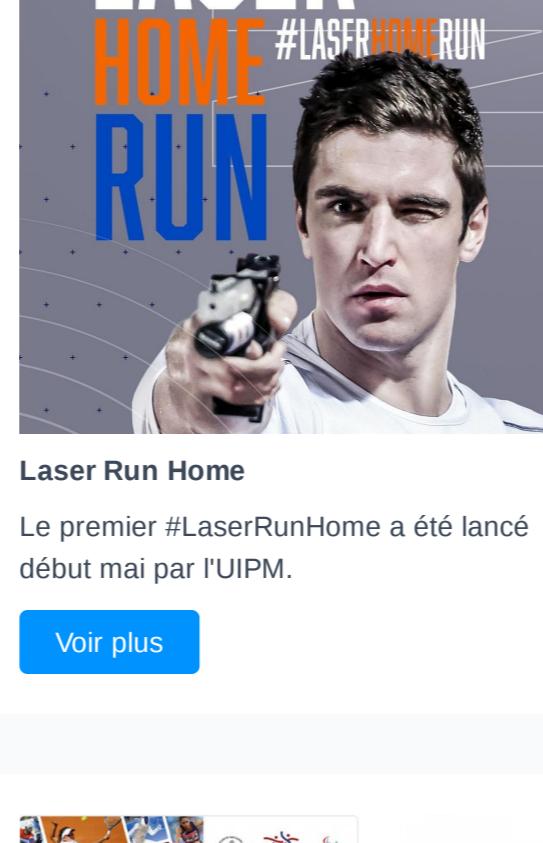


Découvrez notre newsletter du mois de mai : grâce à ce nouveau format, vous pouvez partager directement les articles qui vous ont plu !



NEWSLETTER FFPM

Fin du confinement et début du déconfinement : initiatives, bonnes idées, mobilisation... retrouvez tout ce qui s'est passé ce mois-ci



Laser Run Home

Le premier #LaserRunHome a été lancé début mai par l'UIPM.

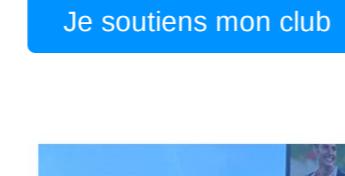
[Voir plus](#)



Reprise progressive pour nos clubs et nos athlètes

La dernière semaine du mois de mai est marquée principalement par les reprises progressives pour certains de nos clubs.

[Lire l'article](#)



Lancement de l'opération #SoutiensTonClub

Dans le contexte de crise sanitaire qui touche notre pays depuis plusieurs semaines....

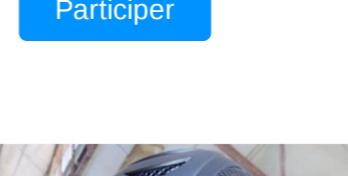
[Je soutiens mon club](#)



Vos clubs sur Be Sport

Créez la page de votre club sur Be Sport pour pouvoir gérer vos groupes...

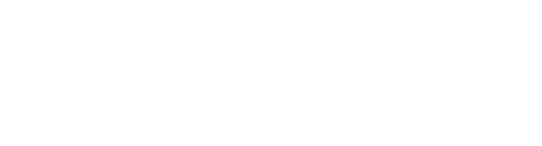
[S'inscrire](#)



Lancement du "qui suis-je ?" sur les réseaux sociaux

Lancement du jeu-concours "qui suis-je?" sur les réseaux sociaux...

[Participer](#)



Retrouvez toutes les règles de déconfinement progressif de la FFPM pour la période du 2 au 22 juin 2020.

[Consulter les règles](#)

Echanges de bonnes pratiques

La rubrique "Echanges de bonnes pratiques" fait son apparition dans ce nouveau format de newsletter ! Tous les mois, vous découvrirez des conseils d'entraînement, des bonnes idées initiées par les clubs, des paroles d'entraîneurs, une initiative individuelle ou collective...

Max Five Penta

Ce mois-ci, nous vous faisons découvrir le compte Instagram "Max Five Penta" créé par Jean-Maxence Berrou, entraîneur national à l'INSEP et ancien pentathlète. Il souhaite partager son expérience d'athlète et de coach à travers des petites vidéos, des tutoriels ou encore des photos.

Pour s'abonner à son compte et suivre ses publications, cliquez sur le bouton juste ici :

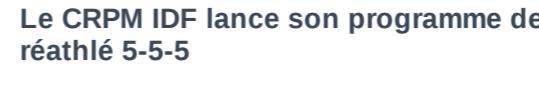
[Voir le compte Instagram](#)



Exemple programme entraînement tetrahathlon 14-16 ans

Retrouvez un exemple de programme d'entraînement tetrahathlon proposé par l'UIPM pour les 14 – 16 ans

[Découvrir le programme](#)



Le CRPM IDF lance son programme de réthié 5-5-5

Le CRPM propose un programme d'entraînement en visio pour préparer l'été.

[Voir plus](#)

Agenda

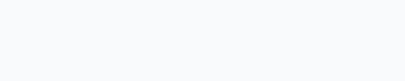


Fin de saison 2019/2020

Toutes les informations concernant le calendrier national et international de la fin de la saison 2019-2020 sont disponibles sur le lien ci-dessous, n'hésitez pas à les consulter :

[Cliquez ici :](#)

Fédération Française Pentathlon Moderne
7 rue de Sainte Hélène
75013 Paris
federation@ffpentathlon.fr



Cet e-mail a été envoyé à a.barbe@mailistec.fr
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Fédération française pentathlon moderne.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par

sendinblue