

Sihat-e-jismani

- Muhtamim Sihaat-e-Jismani doit adopter des plans concernant la santé générale et communiquer des informations importantes à cet égard aux nazims locaux.
- Dans Sihat-E-Jismani, nous devons organiser des activités sportives pour réunir les khudams. Sehte e jismani est une responsabilité très importante car on doit faire de notre mieux pour attirer les jeunes à la Mosquée. Créer une Cohésion et un esprit d'équipe. Ainsi on prépare nos khudams pour une meilleure santé physique mais également mental et spirituelle.

Tournoi Badminton



- Nous organisons un tournoi de Badminton le 30
Déc 2023

Padel



- Tournoi : 28 Janvier 2024

C'est quoi ? Sport de raquette avec une balle de tennis sur un terrain entouré de vitres faisant parties du jeu. Se joue en 2v2.



But : Initier les khuddam à de nouveaux sports.

Tennis de table (ping-pong)



- Tournoi au niveau des Majalis : 25 Février 2024
- Jouer régulièrement dans les Majalis pour se préparer au Tournoi National et Ijtema.

Tournoi Volleyball



- Nous organisons le 9 Juin 2024 dans le 59

Football

- Entraînements réguliers pour la préparation des Tournois internationaux
- Un maximum de participations pour la Ligue MKAF 2023/2024 (inscriptions toujours possibles)



LIGUE

FOOTBALL MKAF



JOURNÉE 1	JOURNÉE 2	JOURNÉE 3	JOURNÉE 4	JOURNÉE 5	JOURNÉE 6	JOURNÉE 7	JOURNÉE 8	JOURNÉE 9
18/11/2023	9/12/2023	13/01/2024	10/02/2024	9/03/2024	13/04/2024	25/05/2024	15/05/2024	20/07/2024

CONTACT



Talal Ahmad

07.82.04.08.29



Hamaad Wassim

06.27.81.02.21

Département SEHAT-E-JISMANI MKAF

Mughees Ahmed



Plan cricket 2024



Entrainement et League



Sannois



Taverny



Gisors



League

Les entraînements de cricket ont commencé et sont organisés chaque weekend, la plupart de ces entraînements se font à Sannois et Taverny.

Depuis peu des entraînements hard ball sont également organisés à Gisors puisque nous avons maintenant à notre disposition un filet d'entraînement.

Le filet reste toujours monté pour que n'importe qui puisse aller s'entraîner.

Nous avons décidé d'instaurer une ligue cette année.

Les matches

de ligue seront organisés sur toute une journée et seront joués dans un gymnase ce qui nous permettra d'avoir plus d'équipe. La journée de ligue sera organisée 1 fois par mois ou 1 tous les 3 mois.

Le but étant de faire pratiquer le sport, d'ambitionner les futur pratiquant et de se préparer pour le Masroor tournoiement



Tours de Vélos

Cette année nous allons organiser **4 tours de vélos**

- 1- Le premier de Saint-Prix à Gisor
- 2- De Paris – Havre **6 juillet 2024**
- 3- De Paris - Epernay
- 4- De Lille - Bruxelles

Pour réussir les tours de vélos :

Il faut acheter un **vélo de course** en fonction de vos capacités financières.

Voici un vélo que nous vous conseillons de prendre chez Décathlon
D'un prix de **350 euros**.



TRIBAN Payez en 3 ou 4x SANS FRAIS

**VELO ROUTE HOMME
CYCLOTOURISME RC100 GRIS**

350€ ★ 4.3/5 (67)

Dont 0.02€ d'éco-participation

Sorties

1 Les Alpes

- Nous organisons notre sortie national en 2024 du 08 mai au 12 mai de 5 jours aux Alpes

2 Pour Amla National et Local

- Nous organisons également une sortie en Fév-2024 pour les membres de notre Amla national et Local
- On attend vos propositions pour choisir une destination que vous souhaitez !



Start Sports

- Veuillez commencer à faire des activités sportives niveau Local pour préparer les khudams pour ces tournois national.
- Et des mini tours de vélos dans vos Majalis pour que on soit prêt pour les grand tours de vélos de 2024.

JAZAKALLAH
pour votre écoute !

QUESTIONS ?