

CHRONIQUES DE DORTOIRS

N°1
MARS 2026



LETTRE DE L'INTERNAT DU LYCÉE FRANÇOIS-RABELAIS

CLUB DE JOURNALISME

Nous sommes très heureux de vous présenter la toute première édition du journal de l'internat du lycée

Nous faisons partie du comité de rédaction. C'est ici que l'on propose des sujets pour le journal et que nous nous répartissons les rôles.

Si toi aussi tu veux découvrir le métier de journaliste, nous nous réunissons avec Héléne, AED, les mardis soir en salle informatique à 20h30.

Laura, Latoya, Lola, Louis et Marjolaine



JOURNÉE PORTES
OUVERTES
SAMEDI 28 MARS
DE 9H A 16H



COMITÉ DE RÉDACTION
DU 17 MARS 2026

NUIT DE L'INTERNAT MARDI 31 MARS



THÈME : CHIC ET CHOC

Une tenue chic, un détail choc...



La team Pyjamas pour une soirée cocooning



Des élèves motivées
pour la soirée crêpes, jeudi 5 février



BRÈVE RUGBY
MATCH AMICAL
Mercredi 22 avril
Après-midi
Stade de Sainte-Florine



Concert de Rawb à la Lampisterie le 26 février

PORTRAIT DE KENNY... INTERVENANT SPORTIF

Kenny, intervenant dans notre lycée pour sept séances, exerce depuis 2006. Il nous parle de son parcours nous livre quelques conseils sportifs...

"J'étais préparateur sportif, coach pendant 15 ans en salle de sport."

Quel exercice est le plus difficile selon vous ?

Tous les exercices sont propres à chacun, cela dépend de notre objectif.

burpees



Que proposez-vous comme entraînement ?

Les séances en extérieur comportent une partie cardio pour l'échauffement et une partie renforcement musculaire, avec la cage. Les exercices cardio peuvent être par exemple la course, les burpees

Et en intérieur ? C'est un peu plus dynamique et ludique. Pour le renforcement musculaire, on fait des squats, des pompes, des tractions et tout ce qu'on peut trouver en poids de corps.