



# Plessis Robinson Athlétic Club

## Ecole d'athlétisme

(Enfants nés en 2011, 2012 et 2013)

### La Vie dans le club, c'est ... :

- S'éclater avec les copains et les copines,
- Acquérir une « pêche » d'athlète,
- Trouver un animateur sympa qui va te faire progresser,
- Courir vite, courir en relais,
- Sauter, lancer en s'amusant et en s'appliquant pour devenir meilleur,
- Pouvoir faire des championnats par équipes pour défendre le maillot de ton club,
- Pouvoir faire des compétitions individuelles pour situer ton meilleur niveau,
- Devenir quelqu'un de bien et de loyal, avoir une attitude de champion dans le sport comme dans la vie.

### ENTRAÎNEMENTS

Une équipe de 12 moniteurs et animateurs diplômés initiera nos jeunes athlètes à toutes les disciplines de l'athlétisme : sauts, lancers, courses (sprint et demi-fond), marche.

Jours et horaires d'entraînement (sauf vacances scolaires) :

|          |           |                                     |
|----------|-----------|-------------------------------------|
| Mercredi | 14h-16h   | Parc des sports au Plessis-Robinson |
|          | <b>OU</b> |                                     |
| Samedi   | 10h-12h   | Parc des sports au Plessis-Robinson |



### TENUE VESTIMENTAIRE

**Une tenue adéquate** (tenue de sport, chaussures de sports type training) est souhaitable pour une pratique dans les meilleures conditions lors de l'entraînement et les compétitions.

### COMPÉTITIONS

Le club d'athlétisme étant affilié à la Fédération Française d'Athlétisme, nous souhaitons une participation aussi régulière que possible aux compétitions.  
Néanmoins une pratique de loisir est possible.

### AUTRES INFORMATIONS UTILES

Pour tout renseignement sur le club:  
Responsable de l'école d'athlétisme : Laëtitia Le May

- E-mail : [cialemay@gmail.com](mailto:cialemay@gmail.com)
- Internet : <http://www.plessis-athle.fr>

Toute l'équipe reste à votre disposition pour répondre à toute demande.

Soyez les bienvenus !

Sportivement





# Plessis Robinson Athlétic Club

## Ecole d'athlétisme

(Enfants nés en 2009, 2010 et 2011)

### La Vie dans le club, c'est ... :

- S'éclater avec les copains et les copines,
- Acquérir une « pêche » d'athlète,
- Trouver un animateur sympa qui va te faire progresser,
- Courir vite, courir en relais,
- Sauter, lancer en s'amusant et en s'appliquant pour devenir meilleur,
- Pouvoir faire des championnats par équipes pour défendre le maillot de ton club,
- Pouvoir faire des compétitions individuelles pour situer ton meilleur niveau,
- Devenir quelqu'un de bien et de loyal, avoir une attitude de champion dans le sport comme dans la vie.

### ENTRAÎNEMENTS

Une équipe de 12 moniteurs et animateurs diplômés initiera nos jeunes athlètes à toutes les disciplines de l'athlétisme : sauts, lancers, courses (sprint et demi-fond), marche.

Jours et horaires d'entraînement (sauf vacances scolaires) :

|          |           |                                     |
|----------|-----------|-------------------------------------|
| Mercredi | 14h-16h   | Parc des sports au Plessis-Robinson |
|          | <b>OU</b> |                                     |
| Samedi   | 10h-12h   | Parc des sports au Plessis-Robinson |



### TENUE VESTIMENTAIRE

**Une tenue adéquate** (tenue de sport, chaussures de sports type training) est souhaitable pour une pratique dans les meilleures conditions lors de l'entraînement et les compétitions.

### COMPÉTITIONS

Le club d'athlétisme étant affilié à la Fédération Française d'Athlétisme, nous souhaitons une participation aussi régulière que possible aux compétitions.  
Néanmoins une pratique de loisir est possible.

### AUTRES INFORMATIONS UTILES

Pour tout renseignement sur le club:  
Responsable de l'école d'athlétisme : Laëtitia Le May

- E-mail : [cialemay@gmail.com](mailto:cialemay@gmail.com)
- Internet : <http://www.plessis-athle.fr>

Toute l'équipe reste à votre disposition pour répondre à toute demande.

Soyez les bienvenus !

Sportivement

