

Fais de l'athlé,
tu vas t'éclater !

Baby Athlé 2020 et 2021



Marcher- Courir – Sauter – Lancer

Ce sont les gestes fondamentaux de l'athlétisme et aussi des gestes de la vie courante!
Un entraîneur diplômé fera évoluer votre enfant en toute sécurité pour développer les principales qualités : la coordination, la vitesse et la souplesse en s'initiant à toutes les disciplines de l'athlétisme : sauts, lancers, courses (sprint demi-fond et marche) de façon ludique. Il leur apprendra aussi à respecter certaines règles de fonctionnement collectif

L'athlé : des pures sensations !

Mets tes baskets, tu verras, l'athlé c'est chouette.
Avec l'athlé, t'as bonne mine et t'as du souffle.

La Vie dans le club, c'est ... : respecter certaines règles de fonctionnement collectif ! Mais aussi relais, sauter, lancer en s'amusant et en s'appliquant pour devenir meilleur!

Jour et heure d'entraînement :

Le Mercredi de 15H30 à 16H30

Gymnase Henri Wallon du Plessis Robinson
rue du capitaine Facq
ou

Le Samedi de 9H00 à 10H00

Gymnase François Peatrik
Voie François Peatrik

**SAUF pendant les VACANCES SCOLAIRES
PAS DE COMPÉTITIONS**

Une tenue adéquate (un survêtement de sport ou un short et un tee-shirt pour la salle, chaussures de sports PROPRES type training) est souhaitable pour une pratique dans les meilleures conditions lors de l'entraînement.
Une petite bouteille d'eau est souhaitable.

AUTRES INFORMATIONS UTILES :

www.plessis-athle.fr
prac.athle@gmail.com

