

L'Athlé c'est inné en club c'est mieux

pour progresser

Viens découvrir...

un sport complet,
une multitude
de disciplines,
des entraîneurs compétents,
une grande convivialité !

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 !

Mini Athlé 2018 et 2019



Jour et heure d'entraînement :

Le Samedi de 09H00 à 10H00

Gymnase Louis Hachette Plessis Robinson
Av Paul Langevin

OU

Le Mercredi de 14H30 à 15H30

Gymnase Henri Wallon du Plessis Robinson
rue du capitaine Facq

**SAUF pendant les VACANCES SCOLAIRES
QUELQUES 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

