



SESSION MULTISPORTS

Enfants de 7 à 10 ans (du CP au CM2).

C'est permettre de :

- **Bâtir de bases solides :**

En accédant à diverses activités physiques, les enfants auront l'occasion d'apprendre diverses habilités motrices, qui pourront être transférées à toute une variété de sports.

- **Récolter les fruits des bienfaits physiques :**

En pratiquant plusieurs sports, les enfants développeront la souplesse, la stabilité du tronc, la force, l'endurance, la puissance et la vitesse, tout en améliorant leur condition physique.

- **Prévenir les blessures :**

Proposer de la variété à vos enfants en matière de sports et de jeux, permettra d'aider leur corps à se construire et à diminuer les risques de maux et de tensions.

- **Développer les habilités au sport et dans la vie :**

Les enfants développeront d'importantes habilités telles que la résolution de problèmes, la communication, le travail d'équipe et l'autonomie. Elles aideront aussi à développer leurs compétences, la confiance, la relation, la créativité, à forger le caractère et l'intérêt.

Quelques Activités

- Jeux de ballons (épervier, balle au prisonnier, ...);
- Jeux collectifs (prise de foulards,...); Découverte du basket-ball, du football, du rugby, épreuve de courses/saut, etc...
- Parcours d'obstacles, gymnastique,
- Jeux d'adresse, (cirque, ...),
- et bien d'autres...

*Certains cours pourraient avoir lieu au Dojo du Bourg (gymnase des Prés Basques)



Section Multisports

Présidente : Isabel Berger – 06.32.04.21.29 (le soir uniquement)

35 rue Emile Zola – 91400 Saclay

NOUVEAUTE
2 HEURES

DU CP AU CM2

LE MERCREDI
AU GYMNASE DE FAVREUSE

DE 14H A 16H

OU LE SAMEDI
AU GYMNASE DE FAVREUSE*

DE 11H A 13H

TARIF : 190 €
30 SEANCES

(6.33 € LA SEANCE)

PLACES LIMITEES

PREINSCRIPTION

DEMANDE DE DOSSIER PAR EMAIL

multisports.saclay@gmail.com

DEPOT DU DOSSIER AVANT LE

31/08/2017

INSCRIPTION LE JOUR DU
FORUM LE 09/09/2017 A 13H30