

ATHLETISME PERSAN

Rendez vous jeunes :

Enfants de 8 à 10 ans

Tous les mercredis et samedis de 11h00 à 12h20

Enfants de 4 à 7ans

Samedi matin de 11h00 à 12h00

CATÉGORIE / ÂGE	OBJECTIF PRINCIPAL	MOYENS	OBJECTIFS PARTICULIERS
BABY ATHLÉ 4 À 6 ANS	ÉDUCATION MOTRICE <i>"S'amuser autour de l'athlé"</i>	Approche par le jeu Activités variées et multiformes développant la motricité Développement de l'autonomie et de la socialisation	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordination ● Développement psychomoteur ● Latéralisation ● Équilibre ● Rythme ● Souplesse ● Socialisation ● Équilibrage postural et recherche de l'amplitude articulaire
ÉVEIL ATHLÉTIQUE 7, 8 ET 9 ANS, 10 ans	ÉVEIL ATHLÉTIQUE <i>"jouer à l'athlé"</i>	Approche multiforme et ludique - Découverte - exploration des différents domaines de l'athlé - Poursuite du travail d'éducation psychomotrice - Apprendre à se mesurer aux autres - Entraînement poly sportif primordial, avec élargissement du répertoire moteur et amélioration des habiletés motrices.	Reprise des objectifs du groupe précédent + Développement de : <ul style="list-style-type: none"> ● La vitesse de réaction, ● La capacité d'accélération ● La fréquence gestuelle ● L'endurance ● La souplesse ● Approche des fondamentaux athlétiques

Lieux des entrainements :

- Stade Odinot

- Salles multisports Francis Carrère