



SESSION MULTISPORTS

Enfants de 6 à 10 ans (du CP au CE1).

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...

En plus du dossier papier merci de vous enregistrer en ligne (lien dans la fiche d'inscriptions)

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



Section Multisports

Président : Alexandre BORGES – multisports-saclay@gmail.com
1 rue Alphonse Daudet – 91400 Saclay

ELEMENTAIRES

LE SAMEDI

au gymnase de Favreuse

DE 12H00 A 13H00
1 HEURE

TARIF : 130 €*
30 SEANCES

* 150€ HORS SACLAY

PLACES LIMITEES

INFORMATION

- SUR LE SITE

[HTTPS://CLUB-OMNISPORTS-SACLAY.ASSOCONNECT.COM/PAGE/765372-MULTISPORTS-VOLLEY-LOISIR](https://club-omnisports-saclay.assoconnect.com/page/765372-multisports-volley-loisir)

- PAR MAIL

multisports.saclay@gmail.com

- Le jour du Forum

le 09/09/2023

INSCRIPTION EN LIGNE

[HTTPS://CLUB-OMNISPORTS-SACLAY.ASSOCONNECT.COM/PAGE/765372-MULTISPORTS-VOLLEY-LOISIR](https://club-omnisports-saclay.assoconnect.com/page/765372-multisports-volley-loisir)

