



ECOLE MUNICIPALE DES SPORTS

ACTIVITES ENFANTS et ADULTES

2020 – 2021

JOURS	AGES	HORAIRES	ACTIVITES	Trimestres
LUNDI				
ROLLER + SPORTS INNOVANTS (Ultimate, Kinball, Disc-Golf, Tchouk-ball, Speed-Ball...)	4/5 ans	16h45 à 17h30	Alternance « Roller / Sports innovants »	1 ^{er} et 3 ^{ème}
	6/7 ans	17h45 à 18h30	Jeux multisports de gymnastique	2 ^{ème}
	8/10 ans	18h45 à 19h45	Roller (Ateliers + Jeux + Roller In Line Hockey)	1 ^{er} et 3 ^{ème}
			Jeux de trampolines	2 ^{ème}
ESCALADE	4/5 ans	16h45 à 17h30	Escalade	1-2-3
	6/7 ans	17h30 à 18h30	Escalade	1-2-3
	8/10 ans	18h30 à 19h30	Escalade	1-2-3
	Ados / Adultes	19h30 à 20h30	Escalade	1-2-3
BADMINTON	Adultes	20h30 à 22h30	Badminton	1-2-3
MARCHE	Adultes	9h00 à 12h00	Marche randonnée	1-2-3
MARDI				
MULTISPORTS	6/7 ans	16h45 à 17h45	Alternance « Volley-Ball / Futsal / Roller »	1 ^{er}
			Parcours de gymnastique	2 ^{ème}
	8/10 ans	18h00 à 19h00	Alternance « Tchouk-Ball / Hand-Ball / Roller In Line Hockey »	3 ^{ème}
JEUDI				
EVEIL MULTISPORTS	4/5 ans	16h45 à 17h30	Eveil multisports	1-2-3
	4/5 ans	17h45 à 18h30	Eveil multisports	1-2-3
MARCHE	Adultes	9h00 à 11h30	Marche randonnée	1-2-3
VENDREDI				
SPORTS COLLECTIFS	6/9 ans	16h45 à 17h45	Alternance entre Handball / Basket-Ball / Futsal / RILH	1 ^{er} et 3 ^{ème}
	6/9 ans	16h45 à 17h45	Parcours acrobatiques de gymnastique	2 ^{ème}
BADMINTON	Adultes	20h30 à 22h30	Badminton	1-3
SAMEDI				
CIRQUE	7/9 ans	10h00 à 11h30	Cirque	1-2-3
	10/17 ans	11h30 à 13h00	Cirque	1-2-3
DOUBLE DUTCH	10/17 ans	13h00 à 14h00	Double Dutch & corde à sauter	1-2-3
	7/9 ans	14h00 à 15h00	Double Dutch & corde à sauter	1-2-3
PARKOUR	10/12 ans	14h00 à 15h00	Parcours urbains ou en salle	1-2-3
	13/17 ans	15h00 à 16h00	Parcours urbains ou en salle	1-2-3

Dossiers disponibles au Service des Sports (Gymnase) ou sur le site internet de la Mairie

INSCRIPTIONS : à partir du **Mardi 1^{er} septembre 2020 (9h15)** pour les Seyssois et du **lundi 14 septembre** pour les extérieurs, au Service des Sports, 2 allée Marcel Pagnol (Gymnase)

RENSEIGNEMENTS au gymnase : **05 61 56 35 31** - **Reprise des cours : lundi 28 septembre 2020**