



ATHLÉTISME LAVAL

**NOUVEAU**

**Volet initiation**

**Cours-saute-lance**

**Enfants : 4 à 7 ans**



Fédération québécoise  
d'athlétisme

---

Programme : Initiation aux différentes épreuves de l'athlétisme (courir-sauter-lancer). L'enfant sera en contexte de jeu afin qu'il s'amuse et qu'il améliore son équilibre, ses déplacements, sa réactivité, sa coordination des membres et sa projection dans l'espace.

Deux groupes : 4-5 ans et 6-7 ans

Un carnet sera remis à l'enfant après 9 cours afin d'évaluer sa progression. Un système de bracelet de couleur sera remis à l'enfant lorsqu'il aura atteint les différents niveaux.

---

Quand : 12 septembre au 7 novembre 2020 (samedi)

Heure : 11h30 à 12h20

Endroit : Piste Odyssée-des-Jeunes

Coût : 120,00\$ en argent comptant seulement

9 cours

Les animateurs qui seront présents ont reçu une formation spécifique pour ce groupe d'âge. Ils suivront le programme de la fédération d'athlétisme du Québec, « projet pilote », qui consiste à faire différents jeux pour permettre une progression optimale selon l'âge de l'enfant et faire connaître les différentes épreuves de l'athlétisme.

**INSCRIPTIONS** : vendredi 4 septembre ou lundi 7 septembre

De : 18h00 à 20h00 (piste Odyssée-des-Jeunes) en arrière de l'école- 4600 Cyrille-Delage, Laval

Info : 450 664-1917 # 308

[CADL@ATHLETISMELAVAL.QC.CA](mailto:CADL@ATHLETISMELAVAL.QC.CA)

Facebook : <https://www.facebook.com/athlétisme.dynamique.laval/>