



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 : 4 mai au 29 juin 2019 (samedi)

Heure : 11h10 à 12h00

Endroit : Piste Vanier (en arrière de l'école Georges-Vanier)

Coût : 120,00\$ en argent comptant seulement

9 cours + participation à une course sur route (août 2019)

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 26 avril 2019**

De : 18h00 à 19h30 (piste Vanier)

On débute les cours le lendemain matin à 11h10

Info : 450 664-1917 # 308

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

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