



Sporting Club Le Rheu
1 Rue du Champ Neuf
35650 – LE RHEU

BABY – JUNIORS & KIDS

Saison 2019 2020



Responsable : Estelle NUGET KUBLER 06 23 35 35 37

Contact : fitformelerheu@gmail.com



Fitforme le Rheu



Fitformelerheu

Renseignements - Inscriptions :

Au Forum des associations le 7 septembre 2019 de 8h30 à 13h

Au secrétariat du Sporting Club le Rheu **02 99 60 79 18**

<http://www.sclerheu.fr> – onglets Fit'forme - Baby'forme/ Kids

Baby'forme offre aux tous petits de 3 ans et 4 ans un éveil sportif

A travers la découverte de diverses activités collectives et individuelles, par cycles et par ateliers ludiques de 45 mn, tels que motricité, escrime, cirque, hockey, sports collectifs ...

Mercredi 15h05 - 15h50 pour les enfants nés en 2015 et 2016

✚ Juniors Sport pour les enfants de 5 à 7 ans :

pré initiation aux sports collectifs : basket, hand, hockey, tennis, badminton
sensibilisation à l'athlétisme : saut en longueur, en hauteur, course, javelot ...

Mercredi 14h15 - 15h pour les enfants nés en 2012, 2013 et 2014

Les groupes d'enfants sont encadrés par 2 intervenants qualifiés.

Tarifs : 90€ pour 1 séance pour 1 enfant ; 159 € pour 2 enfants du même foyer

La Zumba kids pour les enfants de 6 à 11 ans, en primaire, du CP au CM2

Cette activité permet aux enfants de s'initier à la zumba sur des chorégraphies simples et originales auxquelles s'ajoutent des jeux et des activités d'exploration culturelle.

1 séance d'une heure le mercredi de 16h à 17h, encadrée par un animateur spécialisé.

Tarifs : 70 € pour 1 séance, pour 1 enfant (tarif scolaire)

Lieu des activités Baby – Juniors et Zumba Kids : au COSEC, salle de gymnastique.

Prévoir une paire de chaussures spécifique pour la salle ainsi qu'une petite bouteille gourde.

Un certificat médical est demandé pour chaque enfant en début de saison.

(Pas de cours pendant les vacances scolaires)

LES ATELIERS DE LA SECTION BABY – JUNIORS



• **MOTRICITE** : sous forme de parcours, pour emmener l'enfant à comprendre son corps, à travailler son équilibre, sa vitesse et développer ses capacités physiques.

• **CIRQUE** : activité amusante utilisant différents jeux d'adresse et d'équilibre (diabolo, jonglage, assiettes sur bâton) avec une représentation pour les parents à la fin de l'atelier.



• **INITIATION ESCRIME** : l'éveil à l'escrime enseigne aux enfants les mouvements de bases et le cycle se termine par un petit spectacle chorégraphié pour les parents. Les enfants sont équipés de vestes, masques et fleurets.

• **LE HOCKEY** : est un jeu collectif praticable en salle comme en plein air qui nécessite de jouer la balle avec une crosse. C'est un moyen privilégié d'initiation aux sports collectifs.



• **LES SPORTS COLLECTIFS** : initient les enfants à une multitude de sports collectifs (badminton, foot, basket, tennis ...) ce qui leur permettra par la suite d'intégrer un sport qui leur plaira. L'enfant sort de sa coquille et apprend à jouer en équipe !

Pour les juniors, on rajoute le tennis et le hand et les cours sont plus intensifs et spécialisés.

• L'ATHLETISME :

Initiation ludique aux différentes disciplines de l'athlétisme :

Courir plus vite et plus longtemps, en équipe, avec ou sans obstacle ;
lancer plus fort et plus loin différents engins avec trajectoire orientée ;
sauter plus haut et plus loin – avec ou sans engin.



Chaque atelier dure environs 2 mois et est rythmé par les vacances scolaires de la Toussaint, Noël, février et Pâques. L'ordre des ateliers est susceptible d'être modifié en cours de saison suivant le choix des animateurs.

