

ATHLÉ

POUR TOUS

SAMEDI 12 SEPTEMBRE 2020

Stade Jacques Forestier - Aix les Bains



JOURNÉE

PORTES OUVERTES

GRATUIT - PAS D'INSCRIPTION

Permanence

• 10h
• à 17h

COURSES / SAUTS / LANCERS

MARCHE NORDIQUE / PILATE / STRECHING...



ORGANISATION

de la journée découverte

Moins de 16 ans

10h-12h : kid'athlé éveil athlétique (nés de 2015 à 2012) : petite rencontre découverte par équipe sur plusieurs ateliers, parcours athlétiques, sauts, courses, lancers...

13h30-15h30 : Teen'Aix athlé : un triathlon (saut, course, lancer) par équipe pour les benjamins minimes (nés de 2009 à 2006).

15h30-16h30 : Baby-athlé (nés en 2016-2017) : jeux athlétiques et structures gonflables.

Athlé - Santé Loisir

10h-10h30 : Marche nordique

10h45-11h15 : Pilates

11h30-12h : Running

13h30-14h : Zumba

14h15-14h45 : Yoga

15h-15h30 : Running

Secteur compétition

SECTEUR COMPÉTITION

Toutes les disciplines de l'athlétisme seront présentées aux visiteurs sous forme d'ateliers.

Toutes les 30 minutes, des démonstrations seront assurées par des athlètes de l'ASA, dont plusieurs évoluent au plus haut niveau.

A la suite de ces dernières, tout visiteur pourra s'essayer dans la discipline de son choix, aidé et conseillé par un entraîneur spécialisé.



**contacts : contact@asathle.org
www.asathle.org et www.samphi.org**