Serre Chevalier Briançon Athlétisme

ECOLE D'ATHLE

section de Briançon

séances le samedi matin de **10 h 30** à **12 h 00** au stade du 21 septembre au 30 novembre (selon conditions météo) interruption des séances en hiver reprise le 4 avril jusqu'à fin juin

contacts et infos:

www.scba05.comMiriam MEYER **07 88 56 14 71** – Hélène TOULLIOU **06 08 63 42 45**







Quand je vais à la séance d'athlé

je mets des chaussures adaptées et des vêtements appropriés à la saison (plusieurs couches)

j'ai de quoi me couvrir après la séance



j'ai toujours une bouteille/gourde d'eau

Je préviens si je ne peux pas aller à l'entraînement J'arrive à l'heure

J'écoute les entraîneurs Je ne fais pas de bêtises Je respecte les autres enfants et les entraîneurs Je ne dis pas de gros mots J'aide à ranger le matériel

Je n'oublie pas mes affaires au stade



Je vais jouer, courir, sauter, lancer, marcher Je découvre de nouveaux exercices J'essaie même si ça me semble difficile Je m'améliore J'encourage les copines et les copains Et surtout **je m'amuse**