

Relai olympique des Activités Motrices

Les activités motrices sont une discipline créée par le Sport Adapté, pour les personnes en situation de handicap mental, psychique ou de polyhandicap les plus lourdement atteintes.

Ce jour, vous réaliserez 10 ateliers autour du thème « Relai de la Flamme Olympiques et Paralympiques ». Pas d'exercices difficiles, promis, c'est à la portée de tous !



Date/horaires : 23 novembre 2023 – 10h00 à 15h00.



Lieu : Gymnase Hugo situé rue Victor Hugo à Nilvange.



Organisation : Le Comité Départemental Sport Adapté de Moselle en collaboration avec la MAS les Marronniers.



Participants : Licenciés FFSA. Pour les non licenciés, une licence découverte est obligatoire. **LIMITE A 50 PARTICIPANTS**



Prix : GRATUIT pour les licenciés FFSA.
10€ / non-licencié (couvrant les frais divers et de licence).



Déroulement de la journée :

- ❖ 10h00 – 10h30 : Accueil avec collation.
- ❖ 10h30 – 12h00 : Echauffement et ateliers.
- ❖ 12h00 – 13h00 : Repas tiré du sac.
- ❖ 13h30 – 15h00 : Compétition amicale.
- ❖ 15h00 : Remise des diplômes et départ.

ATTENTION : CHAUSSURES AVEC SEMELLES NON MARQUANTES OU BLANCHES OBLIGATOIRES !

Viens t'essayer aux JO à ta portée !