

## FUTSAL

Ateliers et découverte de l'activité de Football en salle.



## SPEEDMINTON

Sport de raquettes se rapprochant du badminton mais pouvant se jouer en extérieur avec un volant adapté et un terrain sans filet.



## DBL

Le DBL Ball est un sport collectif qui mélange le handball, le football et le hockey. Le DBL Ball signifie dribbler, botter, lancer. Pour se déplacer, il faut soit dribbler avec les mains ou jouer avec le pied. Pour marquer, il faut que la balle passe entièrement à travers le but adverse.



## HOCKEY

Sport collectif où pour marquer des points il faut faire rentrer un palet à l'aide d'une crosse (canne) dans le but adverse. Les passes entre coéquipiers se font aussi avec la crosse.



## STEP/FITNESS

Le Step est un sport qui consiste à réaliser une série d'exercices de montée et de descente sur une marche.

Le fitness consiste à danser et s'amuser sur une musique très rythmée, à travers des jeux et apprendre une chorégraphie.



## HIP-HOP

S'exprimer avec son corps en suivant le rythme de la musique "Hip Hop"



## BASKET

Des ateliers/jeux sportifs et des matchs autour du Basket.



## DANSE

S'exprimer avec son corps, en musique et à travers des jeux et apprendre une chorégraphie.



## TORBALL

Sport collectif se jouant avec les yeux masqués et un ballon sonore qu'il faut envoyer dans le but adverse.



## LUTTE

Sport d'opposition où il s'agit de retourner et d'immobiliser son adversaire sur le dos. Plusieurs petits jeux ludiques d'initiation à la lutte seront proposés.



## PICKLEBALL

Jeu de raquette qui se joue sur un terrain de badminton, avec une raquette de tennis de table, un filet de tennis et une balle légère comme au tennis de table et presque aussi grande qu'au tennis.



## BUMBALL

Jeu collectif de ballon, avec des chasubles scratchés (pour réceptionner la balle: interdiction de l'attraper avec les mains mais uniquement avec la chasuble.)

