

### BOXE

Sport d'opposition où il s'agit de toucher l'autre avec les pieds ou les poings (boxe française). Interdiction de faire mal et de se faire mal ! Les coups n'ont pas de puissance. Les points sont comptés uniquement à la touche.



### TCHOUKBALL

Jeu collectif avec ballon, où la cible est un petit trampoline vertical. Le but est d'attaquer et de défendre les mêmes cibles.



### POULL-BALL

Sport collectif où deux équipes de 5 personnes s'affrontent avec un gros ballon et en faisant des passes avec les mains. Le but est de faire tomber le cube de l'équipe adverse avec le gros ballon.



### VELO

5-7 ans : Divers ateliers et jeux d'agilité et de motricité à vélo

8 – 11 ans : Sortie sur un parcours sécurisé

Vélo : VTC et VTT autorisés (en bon état)

- Casque obligatoire

- Prévoir une gourde d'eau et des vêtements de rechange.



### ESCALADE

Activité de grimpe et d'évolution sur un mur artificiel d'escalade.



### GYM

Ateliers de gymnastique au sol et sur agrès.



### BADMINTON

Sport de raquette avec un volant



## JUDO

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



## FOOT-GOLF

Un parcours de golf, balle aux pieds

## VOLLEY

Sport collectif de ballon opposant deux équipes sur un terrain séparé par un filet en hauteur.



## TENNIS DE TABLE

Sport de raquettes, le jeu se déroule sur une table séparé avec un filet.



## FUTSAL

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



## BASKET

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



## ESCRIME

Initiation à ce sport de combat où il s'agit de toucher un adversaire avec la pointe d'une arme sur les parties valables sans être touché.



## STEP-FITNESS

Danser et s'amuser sur une musique très rythmée, à travers des jeux et apprendre une chorégraphie sur un step qui est un objet simple, en forme de marche.



## GOLF

Sport de précision qui consiste à envoyer une balle dans un trou à l'aide d'un club. Le but est de réussir faire un parcours de plusieurs trous en tapant le moins de fois possible dans la balle.



