

ECOLE D'ATHLETISME

Année scolaire 2010 - 2011

PRESENTATION

L'école d'athlétisme de l'Athlétique Sport Aixois s'adresse aux jeunes :

- nés en 2001 et 2000 (poussins),
- nés en 1999 et 98 (benjamins)
- nés en 1997 et 96 (minimes)

pour la pratique des **courses** (vitesse, haies, endurance, relais), de la marche, des **sauts** (hauteur, longueur, perche, triple-saut), et des **lancers** (poids, disque, javelot, marteau).

Les jeunes athlètes sont répartis par groupe en fonction de leur âge et pratiquent toutes les disciplines de l'athlétisme sous forme de cycle. Il est recommandé de participer à 2 séances par semaine. Il est très important de participer aux compétitions où est engagé l'ASA



ENTRAÎNEMENTS PROPOSES

1) jeunes nés en 99-98-97-96 (benjamins et minimes)

- a) mardi de 18h à 19h30 : au stade municipal Jacques Forestier toute l'année
- b) vendredi de 18h à 19h30 : au stade Forestier en septembre-octobre et avril-mai-juin au gymnase Garibaldi de novembre à mars
- c) une séance d'entraînement spécifique pour certaines spécialités pourra être proposée un autre jour de la semaine

2) jeunes nés en 2001 et 2000 (poussins)

- a) mardi de 17h à 18h30 et vendredi de 17h à 18h au stade Forestier : septembre -octobre et avril-mai-juin
- b) mardi de 17h à 18h30 et vendredi de 17h à 18h au gymnase Garibaldi de novembre à mars
- c) lundi de 17h à 18h30 au gymnase de Grésy-sur-Aix toute l'année

**Un encadrement compétent et diplômé (Brevet d'Etat)
accueille les jeunes avec le plus grand plaisir.**

Renseignements complémentaires et inscriptions :

*** par téléphone : 04 79 88 85 80 (9h – 12h 14h-17h)**

*** par courriel : maurice.martinetto@wanadoo.fr**

Modalités et bulletin d'inscription : feuille jointe