Sport Santé

De 1 à 99 ans

SENTEZ-VOUS SPORT SANTÉ VOUS BIEN

ATLEB

Hors vacances scolaires

05 45 64 10 95
07 67 91 14 85

D'octobre 2023 à juin 2024

6 Route de Montmoreau
16250 Coteaux du Blanzacais

enfance.jeunesse@atleb.fr

atleb www.atleb.fr

Modalités d'inscriptions

Inscriptions:

Limité à 18 personnes par activité
Liste des documents à fournir pour la licence:
-Attestation d'assurance
-Bulletin d'inscription
-Questionnaire de santé ou certificat médical avec mention « autorise la pratique du multisports »
Possibilité d'utiliser le PASS SPORT pour le règlement de la licence.

Permanence :
ATLEB « Pôle Multiservices 4B »
6 route de Montmoreau Blanzac-Porcheresse
16250 COTEAUX DU BLANZACAIS

Lundi	Sur rendez-vous	14h à 17h
Mardi	9h à 12h	
Mercredi	Sur rendez-vous	
Jeudi	9h à 12h	
Vendredi	Sur rendez-vous	Fermé

	CDC	HCDC
Adhésion famille à l'association	12,00 €	16,00 €

Lieu en fonction des activités !

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique

1 à 4 ans

40 € / an

Baby Mouv'

Mercredi 17h45 à 18h45

Encadré par Laurie

- Déplacement
- Adresse
- Autonomie
- Eveil corporel
- Parcours ludique
- Vie de groupe

AT'OUSports

5 à 13 ans

55 € / an

Vendredi 17h30 à 19h

Encadré par Corentin

- **Sports individuels**
  Pétéca, Speedball, Sarbacane et Athlétisme
- **Sports collectifs**
  Flag rugby, Basketball, Handball, Hockey sur gazon
- **Sports innovants**
  Tchoukball, Cécifoot, Kinball, Poulball
- **Sports de plein air**
  Slackline, Golf, Tir à l'arc, Vélo Code de la route

Dès 14 ans

60 € / an

AT'OUSports

Ados/Adultes

Mardi 19h30 à 21h

Encadré par Corentin

Programme individualisé

- **Sports collectifs**
  Handball, Basketball, Kinball, Poulball, Tchoukball
- **Renforcement musculaire / Cardio**
  Burpees, Squat, Pilates, Fractionnée

Gym Séniors

Dès 55 ans

50 € / an

Vendredi 15h à 16h

Encadré par Corentin

- Équilibre
- Aérobie
- Coordination
- Cardio
- Motricité
- Marche nordique
- Mémoire
- Souplesse

Les activités peuvent être modifiées en fonction du temps, de l'effectif…