

Mettez-vous à « l'athlé » avec l'Afa !

Après un été où les champions ont multiplié les performances, l'Afa Feyzin-Vénissieux vous propose en cette rentrée de découvrir l'athlétisme.

Le club propose des entraînements adaptés à tous les âges. Les jeunes nés de 1998 à 2006 sont répartis entre quatre groupes : éveils, poussins, benjamins et minimes. But de ces catégories : développer les capacités physiques de l'enfant et accompagner son développement personnel.



Les plus jeunes pratiquent toutes les disciplines : vitesse, endurance, sauts, lancers.

Les compétitions existent et sont ludiques.

A partir de benjamins et surtout minimes, l'athlète entre dans une démarche plus sportive, à son rythme. Pour les ados et les adultes nés en 1997 et avant, les athlètes rejoignent les groupes de spécialités selon leur souhait : sprint, course à pied, sauts, lancers.

L'objectif est de « performer » et d'atteindre les championnats de France pour les meilleurs.

Mais l'athlétisme, ce n'est pas seulement la compétition.

L'Afa propose des entraînements « loisir » de course à pied et de marche nordique pour tous, c'est-à-dire de la marche active avec bâtons.

Ces séances sont axées sur le bien-être et la santé, avec comme maîtres mots : plaisir et convivialité !

Renseignements : <http://afafeyzin.free.fr>

Pratique !

Horaires des entraînements pour la saison 2012-2013

Pour les jeunes nés de 2002 à 2006 :
mardi à 17h30 (Vénissieux),
mercredi à 17h30 et vendredi à 18h (Feyzin)

Pour les jeunes nés de 1998 à 2001 :
lundi à 18h et mercredi à 14h (Vénissieux),
mercredi à 17h et vendredi à 18h (Feyzin)

Nés avant 1997 (toutes disciplines) :
du lundi au vendredi (selon les groupes) à 18h

Course à pied loisir le mercredi et vendredi à 18h (Feyzin)

Marche nordique :
samedi matin à 9h, autres horaires à définir en semaine.

Infos au 04 78 70 81 08

