



MULTI « SPORTS »

Marianne AUDOUY

DESCRIPTION DU COURS

Ce cours consiste à vous proposer chaque semaine une activité surprise, enseignée de manière ludique. Le but est de solliciter et développer aussi bien vos qualités motrices que de travailler des objectifs techniques liés à chaque activité, sous forme de jeux.

Exemple d'activités proposées : Frisbee/ultimate, volley ball, badminton, jeux traditionnels, stretching, Slack line, basket ball, sophrologie, gainages, pilates... et bien d'autres encore ! Autant de sports collectifs qu'individuels.

Amener sa tenue de pratique dès le 1^{er} cours (chaussures de sport propres).

JOUR	HORAIRE	LIEU
Mardi	14h-15h30	Gymnase de la Manufacture – Salle 1
Mardi	15h30-17h	

EVALUATION

Le professeur responsable de la discipline communiquera les critères d'évaluation lors des premiers cours.

INSCRIPTION

L'inscription est semestrielle, elle se fait en début de chaque semestre, et n'est validée que par la présence en cours.

Se présenter au cours, dès la première semaine. Nombre de places limité par la capacité d'accueil du lieu.



1^{er} semestre :

Début des cours semaine du 21 septembre 2020