

COSE

Club Olympique
SUD ESSONNE

Athlé jeunes

Pratiquer toutes les disciplines de l'athlétisme

Courir

-Sprint

-Haies

-Demi-fond

-Cross

Sauter

-Longueur

-Hauteur

-Triple sauts

Lancer

-Poids

-Disque

-Javelot

-Marteau

Les entraînements:

Ils ont lieu au complexe sportif de Cerny :
les samedis de 14h00 à 15h15 pour les plus jeunes (entre 7 et 9 ans)
Les mercredis (18h00-19h30) et samedis (15h00-17h00) pour les plus grands (11 ans et plus)
Participation à un stage intensif aux vacances de Printemps avec le club de Lisses

Les compétitions:

Une dizaine dans l'année : cross l'hiver et compétitions sur piste en salle ou sur stade au printemps.
Nous comptons sur la présence de vos enfants.

L'inscription:

Dossier complet dès la 2ème séance : la fiche d'inscription complètement renseignée, règlement de la cotisation et Parcours de Prévention Santé rempli sur le site de la FFA.

Règles de pratique:

Accompagner votre enfant jusqu'au gymnase : l'entraîneur peut être malade.
Arriver à l'heure : par respect et la bonne organisation de la séance.
Avoir une tenue adaptée : short ou jogging, baskets et un coupe-vent

imperméable (style K Way) selon les conditions météorologiques. : il est possible de courir dehors même s'il pleut...

Emmener vos enfants aux compétitions et participer si possible à son organisation (juges)
Suivre la communication par email et WA (calendrier, organisation...)

Les choses désagréables pour la fin :

Les entraîneurs sont tous bénévoles. Ils donnent de leur temps libre pour faire partager à vos enfants leur goût du sport. Ils doivent donc pouvoir encadrer vos enfants dans une ambiance détendue, sans être obligés d'avoir recours à une attitude répressive. Tout comportement non respectueux envers les autres enfants, les adultes, tout manquement grave aux règles élémentaires de la politesse et de la bonne tenue se verra sanctionner par une exclusion temporaire ou définitive.

Contacts entraîneurs:

Eveil Athlé et Poussins :

Alyssia Lanier 06 63 02 82 17 joutyc74@gmail.com
Fabrice Dubois 06 17 63 44 34 trail91cos@gmail.com

Benjamins-Minimes-Cadets-Juniors-Espoirs :

Aude Audinet 06 80 03 01 32 aude.audinet@wanadoo.fr
Nadège Hottin 06 85 57 37 39 hottin.nadege@gmail.com
Jean-Philippe Provendier - jp.provendier@hotmail.fr