

PROGRAMME

SPORT-ÉTUDES

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

En partenariat avec Club Extenso

- Élèves de 6e à 12e année du District Scolaire Francophone Sud
- Transport fourni pour les écoles de la région de Moncton et Dieppe
- 6e à 12e année lundi, mercredi, jeudi, 15h00-18h30
- Lieu d'entraînement :
Gymnase à l'école Le Marais

VOLET TECHNIQUE DU PROGRAMME:

- Sauts, pivots, équilibres, lancées
- Manipulation d'engins
- Musculation
- Flexibilité
- Exercices posturaux
- Agilité
- Vitesse

FRAIS D'INSCRIPTION
varie selon le
niveau de l'athlète

SESSIONS DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Après ou avant les entraînements, les jeunes auront à l'occasion des sessions sur différents sujets comme la nutrition, la psychologie sportive, le leadership et le fonctionnement du corps humain.

ÉQUIPE RESPONSABLE :

STÉPHANIE LÉGÈRE,
ENTRAÎNEURE-CHEF

BRIGITTE THIBAUT,
ENTRAÎNEURE-CHEF

KRISTA KELLY,
PRÉSIDENTE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION D'EXTENSO



INSCRIPTION SUR LE SITE DE
AcademieSAE.com

Date limite pour les
inscriptions 3 mai

C O N T A C T :
506-229-5061

info@AcademieSAE.com