



Activités 2018/ 2019

Football

260 euros/an



Rejoignez nous pour constituer l'équipe Football de Phénix. Démarrons ensemble l'aventure de la création d'une équipe et de la vie d'un groupe autour de nos valeurs que sont solidarité respect et esprit d'équipe.

Après avoir appris à jouer, les bases techniques (passes, frappes, récupération de balles, arrêts), et le travail de jeu en équipe (positionnement, rôle de chacun) nous représenterons Phénix lors des compétitions de sport adapté.

Mardi 16h 17h : entraînement enfants

Mardi 17h-18h : entraînement adultes

Terrain de futsal complexe du val de l'arc

Pétanque

licence : 250€ pour la compétition/ 200€ en loisir

Venez jouer avec nous à la pétanque. Dans cette activité de revendication de ses capacités il faudra mettre en œuvre des stratégies pour vaincre l'équipe adverse.

Un travail autour de la connaissance des règles et des différentes techniques permettra à chacun d'élaborer la stratégie qui l'emmènera à la victoire.

Moment de loisir hebdomadaire, l'activité est ouverte en compétition adaptée lors des championnats organisés par la Fédération Française de Sport Adapté.

Au Parc Jourdan les jeudi 17h-18h

marche/course d'orientation

Prix : 75€/Trimestre

Dans cette activité d'adaptation à l'environnement, l'objectif sera de pouvoir se déplacer seul en lisant une carte. Savoir où je suis, où je vais et comment j'y vais.

L'activité aura lieu dans les parcours permanents d'orientation, où la recherche de balises sera la base de l'activité. Seul ou à plusieurs, en marchant ou en courant, il va falloir apprendre à se déplacer.

**Parc de la torse ou complexe du val de l'arc
lundi 18h30-19h30**

Natation enfant

200 euros/an

Tous à l'eau. Par groupe allant jusqu'à 6, l'objectif sera de passer le test du Sauv'nage qui correspond à ne pas paniquer quand on est dans l'eau et à pouvoir se déplacer dans cet élément.

L'activité permettra de pouvoir s'adapter à l'environnement et modifier son comportement passant de piéton à nageant.

Piscine de venelles : mercredi après midi

Natation adulte

200€/ an

Deux groupes :

Débutants :

Avec comme objectif d'apprendre à se déplacer dans l'eau sans s'appuyer au fond ou au bord. Apprendre à mettre la tête sous l'eau et à nager en profondeur.

Confirmés

Pour des sportifs sachant déjà se déplacer dans l'eau sans crainte. Objectif de pouvoir créer son propre projet de natation (distance et temps) et créer les outils pour s'autoévaluer.

Une heure dans l'eau le mercredi à la piscine de Venelles

Théâtre

A travers des exercices de théâtre nous développerons le jeu d'acteur pour apprendre à mieux gérer les situations du quotidien.

L'objectif de cette activité est aussi de permettre d'être plus à l'aise dans les relations avec les autres.

Dans un centre socio-culturel 1h par semaine à partir de janvier 2019

Qui sommes nous

L'association Phénix est une association créée par deux éducateurs sportifs diplômés en Sport Adapté (déficience intellectuelle et troubles psychiques).

Elle utilise le sport comme un vecteur d'épanouissement personnel et milite pour une rencontre entre les publics.

Chaque activité est encadrée par un éducateur diplômé.

Comment s'inscrire

Si vous voulez pratiquer une de ces activités, contactez Jonathan Lafont au 06 84 92 68 43 ou par mail à contact@assophenix.fr

Cet échange sera l'occasion de vérifier la compatibilité de l'activité et de recevoir les désirs du sportif.

Comment payer

Le paiement se fait au début de l'année en une ou trois fois (faire 3 chèques au nom de l'association qui seront encaissés au début de chaque trimestre).

Notez bien

L'association peut monter d'autres projets n'hésitez pas à la solliciter, pour une question, une proposition, un éclaircissement.



Association phénix
Place Romée de villeneuve
13090 Aix en provence

06 84 92 68 43
contact@assophenix.fr
www.assophenix.fr