

Aux Responsables Sportifs des Associations Sport Adapté en Gironde.

Chers Collègues et Amis sportifs,
Le Comité Départemental du Sport Adapté 33,
en partenariat avec le Comité de Gironde de Natation
et le concours de la ville de Mérignac,
organise des



Activités Aquatiques
samedi 11 janvier 2020
de 13h45 à 17h30
à la piscine municipale
Avenue du Truc 33700 Mérignac

Nombre de places limité à 25 participants

- ⇒ **L'engagement pour tout sportif licencié** à la Fédération Française du Sport Adapté **est gratuit**
⇒ **A tous les autres sportifs une participation de 15 €** sera demandée. Elle correspond au financement d'un Pass' Journée

Les ateliers sont encadrés par des professionnels qualifiés et/ou des bénévoles dirigeants.

Programme

13h45 Accueil des participants

14h30 Activités Aquatiques

Un parcours d'aisance aquatique vous est proposé. Il doit permettre à tous d'évoluer en toute sécurité dans un milieu aquatique, en proposant un aménagement spécifique du bassin par du matériel adapté.

Thèmes : immersion, déplacement, équilibre, propulsion

Objectifs : Appréhender le milieu aquatique. Se sentir en sécurité dans le bassin à tous les endroits et dans toutes les situations. Savoir se déplacer, s'immerger, flotter, s'équilibrer, attraper des objets (au sol, de tailles et de formes différentes) Les ateliers seront adaptés en fonction du niveau de chacun (appréhension, compréhension, capacités, envies...) mais la découverte du milieu se fera de manière globale.

Avec comme objectif primordial PRENDRE du PLAISIR d'une manière générale.

15h Pause

C'est aussi l'occasion de voir la compétition qui se déroule sur le bassin d'à côté...

15h15 Petits jeux

Seront proposés des jeux en fonction des envies de chacun :

16h Baignade libre

Mise à disposition de matériel si nécessaire.

Remarque : La sortie du bassin peut se faire à n'importe quel moment en prévenant l'animateur responsable de l'activité.

Pour une meilleure organisation sportive, nous vous prions de bien vouloir adresser vos inscriptions avant le 08/01/2020 afin de prévoir l'encadrement des activités :

Au Comité Départemental du Sport Adapté (par courrier, fax, e-mail)

Dans l'attente de vous retrouver lors de cette journée, recevez chers collègues et amis sportifs nos cordiales salutations.