

OFFRE SPORTIVE SIX FOURS HANDISPORT 2019/2020

Natation à la piscine municipale Tournesol :

(Aqua siège installé, cabines et toilettes aménagées et 2 fauteuils de douche).

NATATION adultes

Lundi : 9 h 30 à 10 h 30 et bien sûr pendant tous les créneaux publics.

Encadrement **1 MNS** Marie Ange GIBOL supp André DESROUSSEaux et deux MNS municipaux

ÉCOLES HANDISPORT (enfants)

Jeudi 17h -18h École de Natation (6 enfants maxi)

2MNS Mathieu THOMAS et Léa PLANEL et 1 parent volontaire si nécessaire

Samedi : 10 h 00 -12 h Halle des sports de la Coudoulière

BADMINTON / SARBACANE / BOCCIA encadré par Raphael PHAM et Léa et stagiaires STAPS

EXPRESSION CORPORELLE

Salle de la Mascotte avec Stéphanie MARION 06.12.44.15.70.

Mardi : 16 h - 17 h : Pour les petits (éveil moteur),

17 h- 18 h : Ados (motricité ludique),

Mercredi : 17h – 18h: Ados (gym et renforcement),

18 h – 19 h : Adultes (gym et motricité),

TENNIS

Les cours ont lieu le mercredi 14H au Tennis municipal d'Ollioules.

Ludovic GRATIAN : 06.76.78.32.96 et Stéphane GODEFROY. Prendre licence FFT

AUTRES ACTIVITÉS

Atelier relaxation-éveil corporel

lundi 17 -19h espace Jules de Greling ancienne Mairie du Brusac

Encadrement Claudine DUBOIS Psychomotricienne (activité payante)

Samedi matin 10 h 00 à 12 h Halle des sports de la Coudoulière.

BADMINTON, SARBACANE BOCCIA(adultes) Raphael PHAM et Léa

HANDBIKE:

Jean-Sébastien LEFEBVRE 04.94.63.36.50.

- Entraînement sur route,
- Participation aux courses nationales,

KARTING: 1 Vendredi par mois sur le circuit de Six Fours 9 euros
activité libre

PETANQUE :

Jeudi après-midi à **14 h** parking des CHARMETTES

HANDISTEP(fitness) :

Jeudi 14h 15 Maison de l'APF à La Garde Aline BOUTROIX 06 23 30 3279

Fauteuil Tout Terrain (FTT) à la demande (auprès de Fadila secrétaire)

ACTIVITÉS NAUTIQUES

Base nautique du Brusç : adultes et enfants

KAYAK : BE Marie Ange GIBOL 06 09 94 85 52 suppléante MULLER Noëlle
0611943211.

le dimanche matin 9h 12h

VOILE : initiation et pratique sur 2.3 access dinghy Pascal BODY 0614442746
Dimanche 9h 12h

Accueil possible dans les clubs valides de kayak, voile, aviron, pour une pratique régulière à condition de s'y licencier.

Handiplage : 1er juin - 31 août

Sur le ponton en dur aménagé par la Commune de Six Fours, aux Roches brunes en 2010 : boucle magnétique pour non voyants et fauteuils spécifiques (tirallo et hippocampe) et aide d'un moniteur du 1er juin à fin Août uniquement : de 9h30 à 19h (10h-18h dimanches et jours fériés).

(Si vous avez des questions n'hésitez pas à contacter

par mail sfhandisport@gmail.com)

ATTENTION ! Toute pratique à une activité sportive nécessite une licence ! (pour assurance indispensable !) et un certificat médical