

Contact : François DELOFFRE
(francoisd@luc.asso.fr)

CRÉNEAUX HORAIRES - TOUS LES JEUDIS

Cycle 1

Sports du matin : Athlétisme (repli : Escalade)
Sports de l'après-midi : Marche active et observation de l'environnement

Cycle 2

Sports du matin : Football, basket, ultimate
Sport de l'après-midi : Jeux d'opposition

Cycle 3

Sports du matin : escalade, jeux de jonglage
Sports de l'après-midi : Jeux d'équilibre

Cycle 4

Sports du matin : sports originaux : baseball, poull-ball, boum-ball, cross, balle poursuite
Sports de l'après-midi : Remise en forme

Cycle 5

Sports du matin : Sports d'équipes et d'opposition, Handball, rugby-flag, tchoukball
Sports de l'après-midi : Course d'orientation

LIEUX DE PRATIQUE

CSU JOSÉ SAVOYE

180 avenue Gaston Berger - Lille

PISCINE JOSÉ SAVOYE

180 avenue Gaston Berger - Lille

SPOR'TILUC

83 rue abélard - Lille

COTISATIONS

Journée : **40€**

Demi-journée sans repas : **20€**

Demi-journée avec repas : **28€**

DOCUMENTS D'INSCRIPTION

1 certificat médical - PAI
établi avec François D.

TENUE

Tee-shirt
Short ou survêtement
Maillot de bain
Serviette éponge
Bonnet de bain



LE HANDILUC, EN QUELQUES MOTS...

L'activité sportive, en regard des pathologies spécifiques au public handicapé, permettra :

Sur le plan moteur, de développer le goût de l'effort et l'utilisation optimale de son corps grâce à une appréhension du temps, de l'espace et de l'équilibre.

Sur le plan affectif, d'avoir confiance en soi et de canaliser son énergie, le cas échéant son agressivité. Sur le plan social, d'avoir une place dans un autre groupe que celui de la cellule familiale, de l'IME ou CAT et donc d'assimiler d'autres règles favorisant l'intégration, la communication et l'épanouissement. Pratiquer une activité physique, c'est avant tout lutter contre la dépendance et favoriser l'accès à l'autonomie.