

Séances de lancers

Le samedi de 11h à 12h

Au stade municipal de Bruges
Lancers longs (javelot, disque et marteau).

Marche athlétique

Le samedi de 10h à 12h

Le mercredi de 18h30 à 20h

Rendez-vous technique régulier dédié à la marche, permettant à tout adhérent de se familiariser avec cette discipline et pour certains de participer aux compétitions.

INSCRIPTION

=

Cotisation

+ Adhésion

(36€ ou 16€)



Union Saint-Bruno

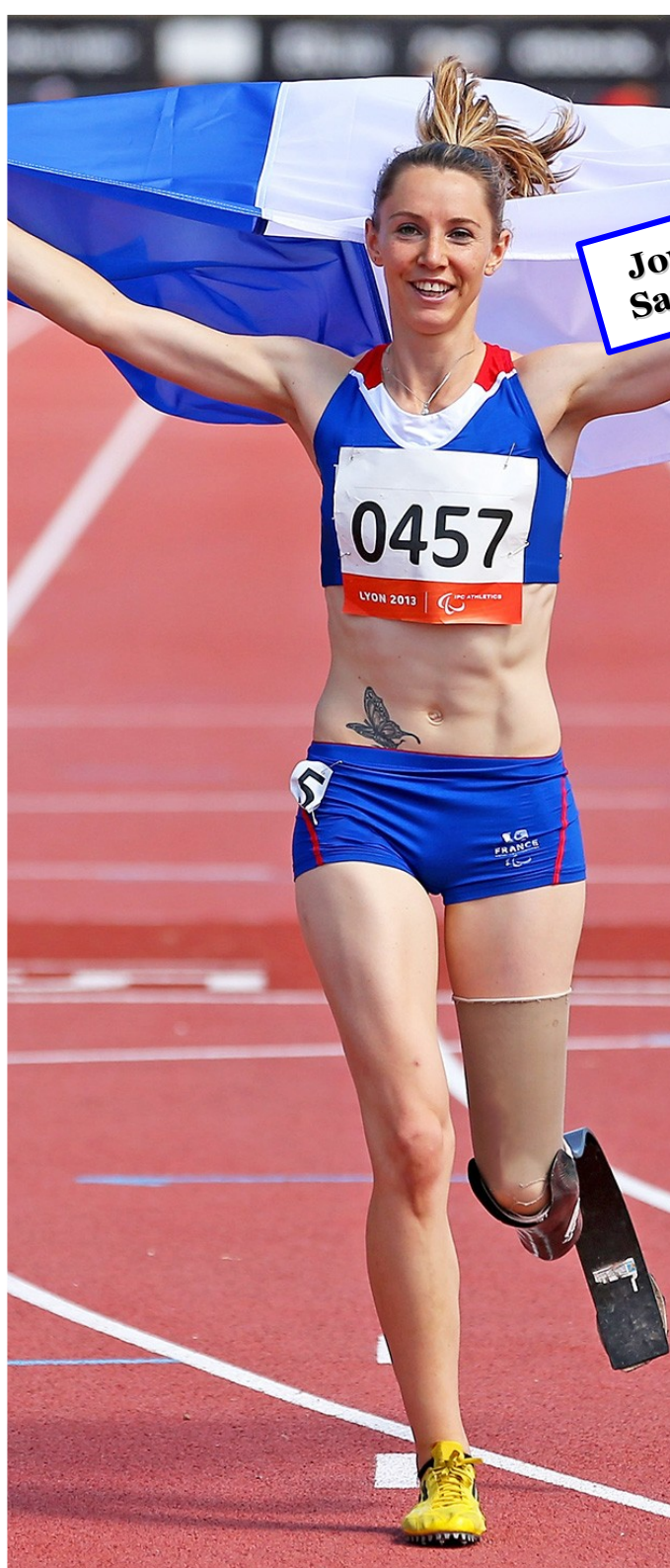
Association loi 1901 – depuis 1907

49, rue Brizard – Bordeaux

05.56.96.33.53

www.saint-bruno.org

usb@saint-bruno.org



**Journée Portes Ouvertes
Samedi 4 septembre 2021**



Athlétisme

2021 - 2022

Baby athlé (2016 à 2018) 60€/5 mois
Le mercredi de 15h à 15h45 (PS & MS)
et de 16h à 16h45 (GS)

8 enfants max. par groupe

Développer différentes qualités physiques de l'enfant (équilibre, coordination, adresse...) au travers d'ateliers ludiques, s'appuyant sur l'ensemble des disciplines de l'athlétisme. Le baby athlé doit ainsi permettre à l'enfant d'enrichir sa motricité.

École d'athlétisme & poussins
(2011 à 205) 155€

Le mercredi de 17h à 18h30 OU le samedi de 11h à 12h30

Mercredi : 40 enfants max.

Samedi : 30 enfants max.

L'objectif est de faire découvrir aux enfants les différentes disciplines athlétiques au travers d'ateliers ludiques. Chaque semaine les enfants sont répartis en 2 groupes et évoluent sur deux ateliers différents. Les disciplines abordées changent toutes les semaines. Plusieurs fois dans l'année, une fête de l'athlétisme est organisée : petite compétition, récompenses, animation et goûter.

Benjamins (2009 à 2010) 155€
Le mercredi de 15h30 à 17h, de 18h30 à 20h et le vendredi de 18h à 20h

À partir de cette catégorie, nous opérons une 1ère approche de la compétition en mettant principalement l'accent sur la dimension technique. Ateliers avec 2 disciplines par séances (course, haies,...).



6/11 ans Accompagnement possible depuis le CAL passerelle

Minimes (2007 à 2008) 155€
Le mercredi de 18h30 à 20h et le vendredi de 18h à 20h

Dans la continuité du travail entrepris en benjamin, l'objectif est de faire rentrer progressivement l'adolescent dans une logique d'entraînement. Ainsi on mixe 2 disciplines par séances suivant la même formule qu'en benjamin.

Groupe compétition
(à partir de 2005) 165€

Les mardis & jeudis de 18h30 à 20h30 et le samedi de 11h à 13h

Entraînements adaptés aux spécialités et aux qualités physiques de chacun, afin de permettre d'atteindre le plus haut niveau de pratique possible et de participer au parcours d'excellence de l'équipe de l'EBSBA en interclubs.

Groupe loisir jeunes
(2004 à 2007) 155€

Le mercredi de 15h30 à 17h

Jeunes sans objectifs de compétition.

Groupe loisir adultes 165€
Le lundi de 19h à 20h30 et le samedi de 11h à 13h

Entraînements adaptés aux spécialités de chacun.. Les objectifs des séances peuvent être liés à la performance, à la santé et/ou au bien-être.

Groupe running
(10 inscrits max.) 150€

Le mardi de 19h30 à 21h

Courses hors stade. Créneau destiné à un public débutant en course à pied (1h/10km)