

## ACTIVITÉS LUDIQUES ET SPORTIVES

Vous allez vivre une séance de petits jeux sportifs et d'extérieurs en famille avec des conseils.

### Objectifs de l'atelier

- Développer les capacités motrices en famille
- Développer la coopération et la cohésion
- Développer le Faire Play, importance de l'échauffement et du respect des consignes

### Déroulement de l'atelier

*Animé par Manon QUAIS, Elodie GHESQUIERE - Educatrices sportives, Direction des Sports ; Romain MELAN - Responsable Maison Sport Santé, Direction des Sports*

- Accueil et explications globales
- Explication des 7 exercices spécifiques
- Démonstration
- Mise en place des jeux
- Jeux des différents ateliers sportifs et ludiques
- Bilan questions/réponses
- Félicitations

### Atelier pour les familles

- Capacité d'accueil : 16 familles
- Horaires de début de séances : 10h – 11h15 – 13h15 – 14h30 - 15h45
- Le jour J se présenter à l'atelier 10 minutes avant.
- Tenue adéquate conseillée

**Inscription ici**



**HÔTEL DE VILLE  
D'ANTIBES - JUAN-LES-PINS**

24 Cours Masséna,  
06600 Antibes