Et Vivre Adulte avec la Drépanocytose

DRÉPANOSPORT

Un projet sport santé

OBJECTIFS

Proposer un programme d'activités sportives à destinations des jeunes drépanocytaires. A travers ces initiations nous souhaitons leur faire découvrir différents types d'efforts et leur donner le goût de la pratique sportive

ORGANISATION

- 4 Activités adaptées
- 4 samedis
- 2 à 3 animateurs éducateurs sportifs spécialisés
- Matériel fourni
- **Un médecin spécialiste de la drépanocytose sera toujours présent lors des activités**

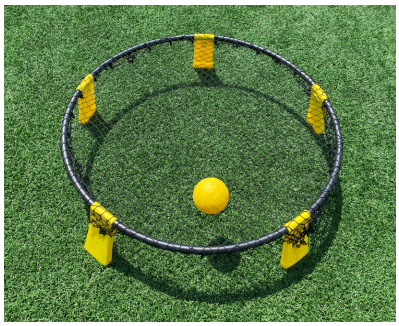
Suite

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- De 15 à 23 ans
- Participation à 2 activités minimum
- Inscription en ligne (QR CODE)

Scannez moi!

ACTIVITÉS PROPOSÉES



SPIKE BALL + MOLKY: SAMEDI 16 MARS 2024 - 14H À 17H

Lieu: Cité Universitaire

Description: Le Spikeball se joue en deux équipes de deux joueurs qui s'échangent une balle jetée au centre sur un filet rond.
Le Molky: est un jeu d'adresse avec des quilles où il faut savoir compter.

Objectifs: jouer ensemble, adresse, coopération, stratégie

Animateurs: x2

VÉLOS CONNECTÉS: SAMEDI 30 MARS 2024 - 14H À 17H

Lieu: Caserne des pompiers Massena

Description: Sur des vélos connectés à une tablette, réaliser des parcours virtuels avec les sensations de la course.

Objectifs: doser son effort, se défier, respirer correctement

Animateurs: x2

COURSE D'ORIENTATION: SAMEDI 4 MAI 2024 - 14H À 17H

Lieu: Cité Universitaire

Description: Cette activité consiste à réaliser un parcours en s'orientant à l'aide d'une carte, une boussole et de repères.

Objectifs: se dépenser, se repérer, se dépasser

Animateurs: x2

CHASSE AU TRÉSORS: SAMEDI 8 JUIN 2024 - 14H À 17H

Lieu: Paris (Jardin du Luxembourg)

Description: à travers Paris, réaliser une randonnée en résolvant des énigmes. Le moyen le plus fun de découvrir le Paris insolite

Objectifs: se cultiver en marchant, doser ses efforts, adopter une stratégie

Animateurs: x3

06-63-61-22-87

francoise.driss@gmail.com