

Contacts

05.49.61.33.46
16 rue Alphonse Daudet, 86000 Poitiers
www.acsep86.org

Éducateur Sportif : Victor Sironneau
victorsironneau@acsep86.org

Direction ACSEP : Anne Boucenna
acsepdirection@acsep86.org

Une participation active
dans le choix des activités



MULTISPORTS
ADULTES



SANTÉ | LOISIRS

Affiliée à :



Ils soutiennent le dispositif :



Ne pas jeter sur la voie publique

WWW.ACSEP86.ORG

SUIVEZ NOUS SUR FACEBOOK



Le projet

L'ACSEP accompagne les enfants depuis plus de 40 ans dans le domaine socio sportif. Aujourd'hui une place est réservée aux adultes !

Plusieurs constats ont permis la mise en place du projet multisports adultes loisirs :

- Changement des mentalités face aux pratiques sportives (loisirs, convivialité)
- La santé et le bien-être
- Augmentation de la sédentarité
- Manque de temps pour soi (travail, enfants...)
- Les femmes pratiquent moins que les hommes
- Baisse du lien social

Les Objectifs

- Valoriser le multisports comme pratique favorisant le bien-être et la santé.
- Favoriser l'accès à l'activité sportive pour les femmes.
- Développer le sport loisir, ludique et adapté pour tous.
- Favoriser l'accès à une multitude d'activités sportives dans une ambiance conviviale.

CRÉNEAUX



Les Samedis : Multisports Adultes loisirs

- Horaires : 10h15 à 12h00
- Lieu : Gymnase Universitaire C7, 3, allée J. Monet, Poitiers

A découvrir : Badminton, Speedminton, Handball, Tchoukball, Kin ball, Ultimate, Volley, Marche nordique, Basket ...

Un créneau multisports enfant est proposé aux mêmes horaires que celui des adultes (gymnases situés à environ 500 m). Vous n'avez plus de soucis pour la prise en charge des enfants afin de profiter de votre pratique sportive !

«Parents mettez vos baskets»

Une fois par cycle, nous invitons toute votre famille à venir pratiquer ensemble. Convivialité et sourire assurés !

Les Mardis : Multisports Femmes loisirs

- Horaires : 9h00 à 10h15
- Lieu : Gymnase Ch. Perrault, 4, Bvd des hauteurs, Couronneries - Poitiers

Activités multisports réservées aux femmes et adaptées à toutes !

A découvrir : Renforcement musculaire, Circuit training, Marche, Marche nordique, Boxe, Sport collectifs (Basket, volley...), Badminton.

MODALITÉS



- Fiche d'inscription à remplir
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive
- Adhésion 15 euros + Licence (en fonction du quotient familial)
- Inscription à l'année + une séance d'essai gratuite