

DESSCRIPTIF DES ACTIVITÉS :



PSYCHOMOTRICITÉ

Durant ce cycle, nos jeunes goûteront aux plaisirs du mouvement par le biais d'exercices et de jeux basés sur les différents axes de la psychomotricité, à savoir : latéralité, coordination, équilibre, éveil sensori-moteur, adresse, audace, coopération et rythme.



HIP-HOP

Les enfants auront l'occasion de pratiquer différents jeux basés sur le développement musical et corporel, ainsi que d'apprendre différentes chorégraphies.



DÉCOUVERTES SPORTIVES

Donner envie aux enfants de se dépenser et de découvrir de nouveaux sports par le biais d'activités collectives. Les enfants apprendront à jouer ensemble et à développer leur esprit d'équipe. Découvertes sportives au programme : gym au sol, sports ballons, jeux d'opposition, uni-hoc, crosse canadienne, boum-ball, basket, etc.



PARKOUR




Tu veux devenir un Yamakasi, un «traceur»? Viens franchir les obstacles avec nous ! Cette activité physique vise un déplacement libre et efficace dans tous types d'environnements. Elle utilise le corps pour seul outil. Face à des obstacles naturels, ce sont les habilités motrices qui servent de support à l'activité. Courses, sauts, grimpes, exercices d'équilibre et de suspension sont au programme. L'activité se déroule en salle ou en extérieur en fonction des conditions climatique.



Dans un souci d'apprentissage, le moniteur se donne le droit de rééquilibrer les groupes sur base du niveau des enfants ; l'horaire choisi initialement n'est donc pas définitif à l'inscription.

LA GRILLE DES ACTIVITÉS EXTRASCOLAIRES

Nous organisons également des activités extrascolaires (*ouverts à tous*) le **mardi, mercredi et vendredi** au **Centre Sportif de Rixensart** et à **l'École du Centre**. Voici la grille des activités :

ACTIVITÉS	ÂGES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
BABY DANSE	àpd 3 ans	15.30 - 16.30*		14.00 - 16.00		
BABY ARTISTE*	4 à 7 ans				16.00 - 17.00	
LUDIC'GYM	4 à 6 ans			12.45 - 13.50		
 MINI-FOOT	4 à 8 ans			14.00 - 16.00		
 JUDO CLUB	5 à 15 ans		17.00 - 18.30	16.15 - 17.30		17.00 - 18.30
ARTS MARTIAUX	6-12 ans			14.00 - 16.00		
FOOTBALL	6-14 ans			16.00 - 17.30		
 GYMNASTIQUE	6-14 ans			APD 12.45		
GRS	6-12 ans			14.00 - 16.00		
DANSE*	7-12 ans	16.30 - 17.30				
FUN*	7-12 ans		16.30 - 17.30			
JOUE & PENSE	8-12 ans			14.00 - 16.00		



 **CENTRE SPORTIF DE RIXENSART**
Av. Clermont Tonnerre 26
 **ÉCOLE DU CENTRE***
Rue des Ecoles 1

Retrouvez toutes les infos de nos activités (*prix, descriptifs,...*) sur notre site internet : www.lecfs.be

