

## Cours de lutte – Samedi matin

Venez découvrir une discipline sportive ludique et formatrice.

Proposée gratuitement à tous les élèves de l'établissement, de la petite section jusqu'en troisième, à partir du mois de janvier.



### Organisation

- Les séances auront lieu le samedi matin.
- Selon le nombre de participants, plusieurs créneaux pourront être mis en place pour répartir les élèves par tranche d'âge.
- Les séances seront encadrées par un enseignant de l'établissement diplômé, dans un cadre sécurisé et adapté à chaque âge.

### Les bénéfices de la lutte

- **Développement moteur** : équilibre, coordination, maîtrise des appuis et des déplacements.
- **Confiance en soi et maîtrise des émotions** : apprendre à s'engager dans l'affrontement sportif en respectant les règles.
- **Respect et fair-play** : valorisation de l'écoute, de la coopération et du respect de l'autre.
- **Inclusion et accessibilité** : une activité ouverte à tous, quel que soit le niveau ou l'expérience préalable.
- **Plaisir et convivialité** : une activité ludique qui favorise la cohésion entre camarades.

### Sondage – Merci de répondre avant le mercredi 17 décembre

1. Seriez-vous intéressé(e) par l'inscription de votre enfant ?

- Oui
- Non

2. Niveau de classe de votre enfant :

.....