



LIVRET BABY - EVEIL ATHLE - POUSSINS

Catégories saison 2026 - 2027 :

Baby (BB) : 2022 - 2021

Éveil Athlé (EA) : 2020 - 2018

Poussin (PO) : 2017 - 2016

ATHLÉ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME



“Vous avez choisi d’inscrire votre enfant à l’Athlétisme. Nous en sommes ravis”.

L'équipe

**Responsable des
écoles d'athlétisme :**

ABADIE Jean

jean.abadie@satuc.fr



Léa



Jean



Agathe



Etienne



Jérôme



Tamara



Manon



Mathilde



Camille



Alexandre



Tidjane



Paul



Organisation :

July
17

Horaires :

- Éveil Athlé et Poussins : Mercredi 15h à 16h30 ou 16h30 à 18h
- Baby : Mercredi 15h30 à 16h30 ou 16h45 à 17h45

📍 Lieu : 11 bis allée Camille Soula, 31400 Toulouse

Infrastructures :

Nous disposons d'une piste extérieure avec terrain synthétique et également d'une halle intérieure.





Déroulement :

Baby Athlé :

- Accueil
- Évolution au sein de différents ateliers suivant une histoire tout au long de l'année (conte des 9 planètes)



Éveil athlé et Poussins :

- Échauffement collectif (footing, gammes)
- 3 rotations d'environ 20 minutes (course / saut / lancer)
- Jeu ou relais en fin de séance puis petit temps de retour au calme.
- 5 entraînements spéciaux durant l'année





Tenue : L'importance d'une tenue adaptée et confortable (obligatoire)



Maillot du club (fourni)



Baskets (modèle de base)



Gourde



  Manteau / coupe vent



Casquette 



Les règles :

Nos entraînements reposent sur les 4 règles fondamentales de l'école d'athlétisme, qui transmettent des valeurs éducatives essentielles. Ces principes accompagnent les enfants dans leur quotidien, que ce soit à l'école, en famille ou sur la piste !

GUIDE DU PETIT ATHLETE TOULOUSAIN





J'ECOUTE LES EDUCATEURS

Seuls les éducateurs donnent les consignes pour que tout le monde puisse s'entraîner et s'amuser ensemble. Il est donc important de les écouter quand ils demandent le silence et quand ils parlent.



JE DONNE LE MEILLEUR DE MOI MEME

En athlétisme, l'important, c'est de se dépasser. Ne cherche pas à savoir qui est le plus fort, mais fais de ton mieux pour progresser et t'amuser. Comme ça, tout le monde s'améliore ensemble !



JE RESPECTE ET J'AIDE LES AUTRES

Pour bien s'amuser ensemble, il faut bien s'entendre avec les copains. La bonne attitude, c'est aider quand quelqu'un a du mal et expliquer si un copain ne comprend pas. Parfois, on se dispute, mais se battre ou dire des choses méchantes, ce n'est pas la solution ! Si vous n'arrivez pas à vous mettre d'accord, allez voir un adulte, il vous aidera avec le sourire.



JE PRENDS DU PLAISIR

Le plus important, c'est que tu rigoles, que tu t'amuses et que tu aimes ce que tu fais. Si ce n'est pas le cas, parle-en à tes parents ou à un adulte. On est là pour toi !





Éducation du petit athlète



LES ENTRAINEMENTS

Développer la motricité
autour de 3 mobiles :
Projeter / Se Projeter / Se
déplacer



LE PASS'ATHLE

Valider et évaluer ses
acquis tout le long de sa
carrière de jeune athlète



LES ANIMATIONS

Réinvestir le travail fait à
l'entraînement et
apprendre à donner le
meilleur de soi à un
moment précis



Un aboutissement et un apprentissage

La compétition est l'occasion pour l'athlète d'appliquer ce qu'il a appris et de donner du sens à son engagement. Elle valorise l'exigence, la rigueur et le partage avec les autres.

Le stress est naturel, mais il ne doit pas venir de la peur des autres. L'important n'est pas d'être le meilleur, mais de donner le meilleur de soi, de prendre du plaisir et de progresser.

Nos jeunes athlètes seront confrontés à des défis tout au long de leur vie. La compétition les aide à se préparer et à gagner en confiance. Avec un entraînement régulier, ils ont toutes les clés pour réussir !



Les enfants évoluent par équipes de 4 ou 5 et rencontrent des athlètes d'autres clubs pour partager leur passion de l'athlétisme.

À la fin, tout le monde est récompensé 🏆 🍫 ! Bien sûr, nous sommes là pour les soutenir, et nous comptons sur vous, parents, pour encourager nos petits athlètes toulousains jusqu'au bout 💜 🤍 !



Envie de vous investir ?

Les parents sont souvent sollicités pour l'organisation des animations.

De plus si vous souhaitez contribuer à la vie du club (dirigeant, entraîneur, jury...) ou mieux connaître l'athlétisme, contactez-nous !

JE M'INVESTIS



BONNE SAISON SPORTIVE !

TOULOUSE

MAIET