



# LIVRET BABY - EVEIL ATHLE - POUSSINS

Catégories saison 2025 - 2026 :

Baby (BB) : 2021 - 2020

Éveil Athlé (EA) : 2019 - 2017

Poussin (PO) : 2016 - 2015

60000 K11  
CREATION VIDEO

# ATHLÉ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME



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

**Responsable des écoles d’athlétisme :**

ABADIE Jean  
ecole.athle@satuc.fr

**Responsables des Baby - Éveil athlé -**

**Poussin :**

ABADIE Jean et NISAS Léa  
eapo@satuc.fr

## L'équipe



Loriane



Jean



Cyann



Julie



Guilhem



Paul



Jérôme



Camille



Ronan



Mathilde



Étienne



Léa



Mathieu



## Organisation :

JUL 17

Horaires :

- Éveil Athlé et Poussins : Mercredi 15h à 16h30 ou 16h30 à 18h (nouveaux horaires)
- Baby : 15h30 à 16h30 ou 16h30 à 17h30

📍 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.





## 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.



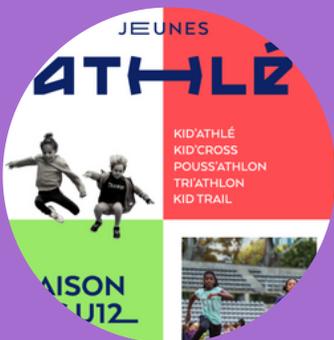
#### JE PRENDS DU PLAISIR

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 ENTRAÎNEMENTS

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 !



**BONNE SAISON SPORTIVE !**