



STAGE JEUNES TOUSSAINT

📍 Cite Verte – Hagetmau (40)

🎯 Pour jeunes athlètes à partir de 11 ans : benjamins,
minimes, cadets et juniors

👟 5 jours pour progresser, s'amuser et
vivre l'athlé à fond !



OBJECTIFS DU STAGE



17 Bien démarrer la saison

Placé en début d'année sportive, ce stage permet de lancer la saison sur de bonnes bases

Objectif sportif

(Re)découvrir en 5 jours toutes les disciplines de l'athlétisme : 4 courses (sprints, haies, marche, demi-fond), 4 lancers (javelot, marteau, disque, poids), 4 sauts (longueur, triple, perche et hauteur).

Un programme complet pour explorer ou renforcer ses points forts.

Objectif éducatif

S'ouvrir à la culture athlétique et sportive :

- Comprendre le rôle des juges et s'y former
- Explorer les sites fédéraux & outils (L.A.O, comité, calendrier...)
- Utiliser une fiche FFA
- Aborder les notions d'hygiène de vie et de préparation de saison

Objectif cohésion

Apprendre à se connaître, vivre ensemble, partager l'esprit club

Un stage qui soude le groupe et crée de vrais souvenirs !

An aerial photograph of a residential neighborhood, featuring numerous houses with red roofs and green lawns. In the foreground, there is a large, modern stadium with a distinctive white, curved roof and a surrounding track. To the left of the stadium, there are several tennis courts and other sports fields. The overall scene is a mix of urban infrastructure and suburban living.

LES INFRASTRUCTURES

INFRASTRUCTURES ATHLETIQUES



Des installations sportives de qualité

- Piste synthétique 400m homologuée (7 couloirs en ligne droite)

→ Revêtement identique à celui du Stade de France

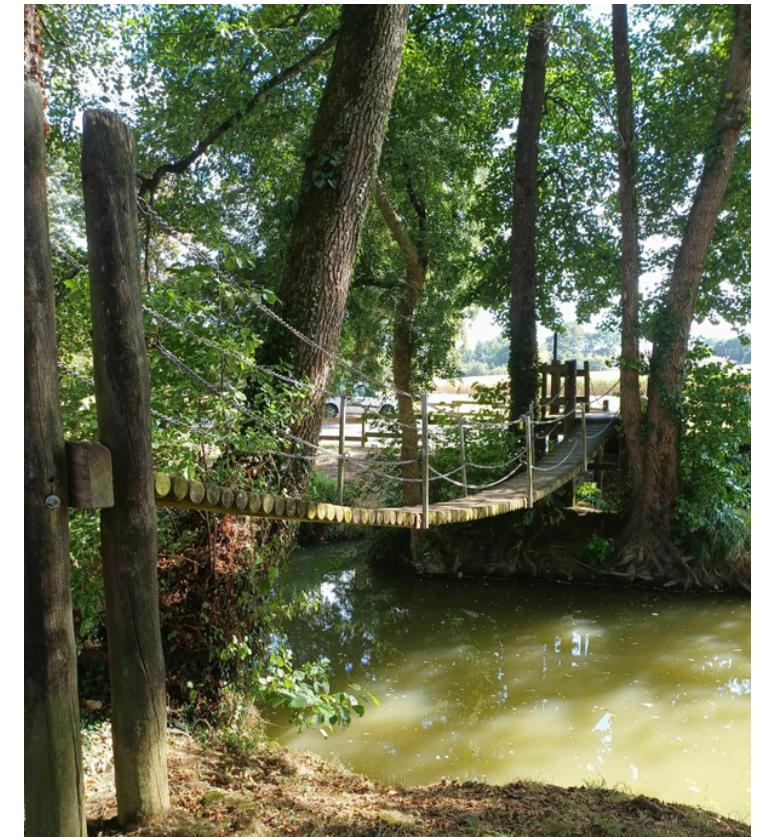
→ Équipée pour tous les sauts : perche, hauteur, longueur

→ Aires de lancers : poids, disque, marteau, javelot

- Parc aménagé avec circuit de footing pour les échauffements ou les séances en endurance

- Salles de réception pour les temps éducatifs 

- Gymnase couvert à disposition en cas de météo capricieuse 



INFRASTRUCTURES DE LOISIR

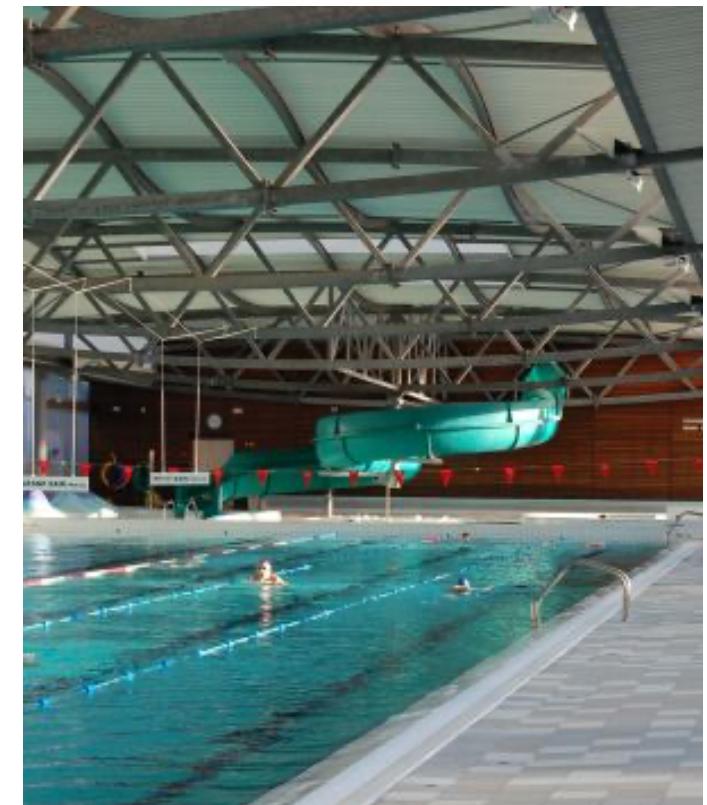


🎉 Des équipements loisirs pour se détendre et s'amuser

🏊‍♂️ Piscine olympique couverte : Idéale pour la récupération ou pour s'éclater grâce à son toboggan de 70 mètres !

🏉 Terrains : 6 terrains de rugby / football, 1 terrain de handball, 5 courts de tennis, 1 fronton de pelote basque 🇫🇷

🛋 Espaces détente couverts : Pour se retrouver entre jeunes en toute tranquillité



An aerial photograph showing a cluster of houses with grey roofs and white or light-colored walls. The houses are surrounded by green lawns and several large, mature pine trees with distinctively curved trunks. The background shows a dense forest under a clear blue sky.

LOGEMENTS ET RESTAURATION



Les 2 services sont sur place collés aux installations :

Hébergement

- Chambres de 4 lits
- Chaque chambre dispose de sa salle de bain privée 
- Ambiance chaleureuse et adaptée à la vie en groupe



Restauration

- Self-service pour les 3 repas quotidiens
- Menus variés et équilibrés, pensés pour les jeunes sportifs



A photograph of a group of young athletes, mostly women, standing on a running track. They are wearing purple tank tops with 'TOULOUSE' and a stylized logo. Some are in athletic gear like shorts and sandals, while one man is in track spikes and a cap. They appear to be taking a break or listening to someone off-camera. In the background, yellow stadium seats are visible.

JOURNEE TYPE

PROGRAMME



Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
7h30			Réveil		Réveil
8h			Déjeuner		Déjeuner
9h - 12h	Trajet	Piste	Dojo ou salle réunion	Piste	Piste
12h - 13h	Arrivée et repas		Repas		Repas
13h - 14h	Installation		Sieste		
14h - 16h	Dojo / Piste	Sports co	Piste	Sports co	Trajet
16h	Gouter		Gouter		
17h - 18h45	Piscine		Piscine		Arrivée vers 17h30
19h30	Repas		Repas		
20h - 21h	Animation	Animation		Halloween	à la maison
21h - 22h	Quartier libre	Quartier libre			
22h	Dodo		Dodo		



TARIFS ET INSCRIPTIONS

TARIFS ET INSCRIPTIONS



- 💰 Tarif stage : 290 € tout compris
- 📌 Pré-inscription nécessaire : 100 € pour réserver la place. Par virement ou chèque à l'ordre du club + mail (jean.abadie@satuc.fr)
- ✅ Ce qui est inclus : Hébergement , Repas équilibrés , Encadrement qualifié , Transport , Accès aux installations sportives , Activités et animations du soir 



BIENVENUE DANS
L'ECOLE D'ATHLETISME DU
SATUC TOULOUSE ATHLE