

*Athlon*  
*Activ'* **S**avoie  
CLUB MULTISPORT OUTDOOR  
**06.75.18.67.24**

# LE CLUB ACTIV'ATHLON

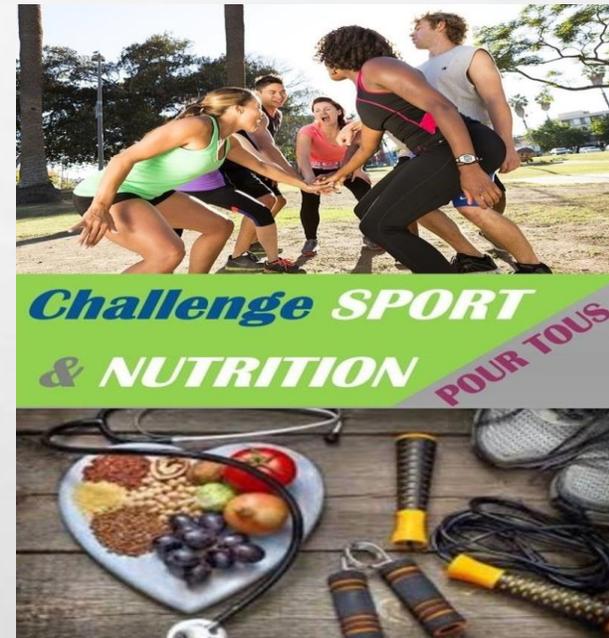
LE MULTISPORT OUTDOOR POUR TOUS



# LES OBJECTIFS DU CLUB !

**Apprendre à développer un style de vie sain, actif et sportif !**

- **PARTAGER DES MOMENTS CONVIVIAUX**
- **DONNER LE GOÛT DU SPORT À TOUS**
- **PARTICIPER À L'ÉDUCATION ALIMENTAIRE DE TOUS**
- **PROPOSER DE LA DÉCOUVERTE SPORTIVE**
- **RELEVER DES DÉFIS**
- **PARCIPER À LA VIE LOCALE**



3 entrainements  
par semaine

# LE CLUB C'EST :

Nouveau  
12h30 et 13h30 !

**Donner le goût du sport, Proposer du multisport Outdoor & Pratiquer du sport plaisir !**

Lundi 18h45

Activités de renforcement musculaires



Mercredi 19h45

Découvertes de nouvelles activités



Jeudi 18h45

Activités d'endurances



# MAIS AUSSI :

Réaliser des défis

Une communauté sportive



L'@ctiv'Team



Participation à la vie locale

Organisation d'événements

La COURSE en DUO, un coureur sur le TRAIL, l'autre sur le KV !  
**La VERTI'CROC DUO**  
une course solitaire, pour une arrivée solidaire



Relevez le DÉFI le 8 JUILLET 2018 à MERY (73)

Trail 22 km (1150 D+) Départ à 8h30

Kilomètre verticale  
3,6 Km (1004 D+) Départ à 9h00

Village de départ animé



Retrouvez-nous sur

f Verti'croc

Inscription sur <https://inscriptions.ufolep.org/verticroc-duo-2018>

Site internet : <https://activathlon73.wixsite.com/verti-croc-duo>

Information auprès du Club organisateur :

ACTIV'ATHLON au 06.75.18.67.24

activ.athlon73@gmail.com

Merci à tous nos partenaires !



Pour les petits

Une école de sport

Nouveau

Les Baby's ATHLON

3 à 5 ans & 6 à 12 ans



Les mercredis matin

# INITIATION À LA DIÉTÉTIQUE

**Objectifs : Participer à l'équilibre alimentaire pour tous**



**Cours de nutrition**

**Animations conviviales & ludiques**



**Ateliers découvertes**



**PROJET DE DÉVELOPPEMENT !**

# NOTRE PROJET



## Créer notre Bar Club de Nutrition et Sport

Regrouper nos actions

Favoriser l'innovation



S'inscrire comme acteur sport santé

Favoriser l'emploi

# LE BUT DU CLUB HOUSE !



## Un club partager dédié à la multi-activité dans votre commune !

Notre idée est de valoriser un bâtiment afin de créer un lieux de convivialité ouvert à tous !

Cela nous permettra d'offrir à nos membres et aux habitants de la commune un espace de **socialisation**, où ils pourront discuter, se rencontrer et pratiquer des activités sportives ou culturelles !

Vocation de  
socialisation

Réduit les couts  
d'entretien des  
bâtiments

Participe au  
développement de la  
vie locale &  
économique

# EXEMPLE D'ACTIVITÉS PROPOSÉES



## 12 semaines pour être au top

- UN PROGRAMME DE 12 SEMAINES
- 1 HEURE PAR SEMAINE
- 3 SÉANCES DE SPORT PAR SEMAINE
- 8-10 PERSONNES PAR GROUPE
- UN COACH PERSONNEL DIPLÔMÉ

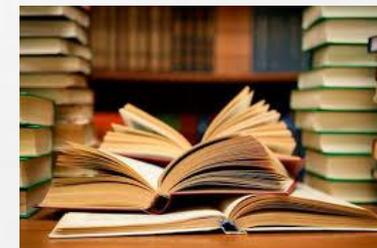


## Renfo-musculaire

PROPOSÉE DES COURS TOUS PUBLIQUES DE SPORT PRIVÉE OU EN PETIT GROUPE DANS L'OBJECTIF D'ATTEINDRE UN MEILLEUR BIEN-ÊTRE !



## JEUX DE SOCIÉTÉS



## AIDE AU DEVOIR / LECTURE

et plein d'autre...



## ATELIERS DIÉTÉTIQUES



## SE RENCONTRER



## FORMATION

# ALLONS PLUS LOIN ENSEMBLES !

**Contactez-nous pour en savoir plus :**

**Le club Activ'Athlon**

**48 routes du col de plainpalais  
73230 Saint Jean d'Arvey**

**06.75.18.67.24**

**[activ.athlon73@gmail.com](mailto:activ.athlon73@gmail.com)**

**Le facebook : <https://www.facebook.com/Activathlon-Savoie-620668494988649/?pref=bookmarks>**

**Votre contact : Grégory PLANCHE**

