



SUAPS - Université de Poitiers Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives

[#]

Athlétisme

Venez pratiquer toutes les disciplines athlétiques (sauf perche et marteau) :

quels que soient vos objectifs : garder la ligne, préparer un concours (pompiers, police...), chercher une préparation physique générale, améliorer vos performances ou tout simplement découvrir l'athlétisme.

quel que soit votre niveau : en UEO et bonification les grilles d'évaluation prennent en compte votre investissement et vos progrès. même si tous les exercices proposés sont individualisés et tiennent compte de votre forme du moment, l'entraînement en groupe augmentera votre motivation à vous dépasser !

Si vous le souhaitez et que vos performances le permettent, vous pourrez également représenter l'Université de Poitiers lors des championnats de France.

TYPE DE PRATIQUE PROPOSÉ

Loisir
UEO
Compétition

S'INSCRIRE

[Page S'inscrire](http://suaps.univ-poitiers.fr/s-inscrire/) [http://suaps.univ-poitiers.fr/s-inscrire/]

ENSEIGNANT RESPONSABLE

Mylène HAAS
mylene.haas@univ-poitiers.fr

LIEUX

Piste d'Athlétisme du Stade Rébeilleau

INFOS

LOISIRS

Echauffement en groupe puis individualisation de la séance en fonction de vos objectifs et de votre niveau .

C'est l'occasion aussi de pratiquer des disciplines nouvelles (non vues en collège et lycée).

Le port de chaussures avec une semelle suffisamment amortissante est fortement recommandé.

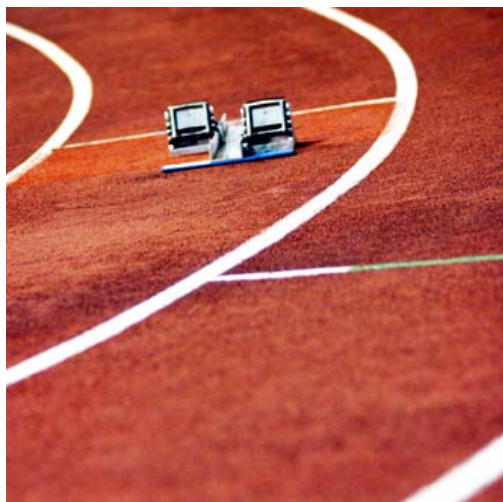
L'avantage de l'athlétisme c'est que vos progrès physiques et techniques sont facilement identifiables et mesurables !

UEO / BONIFIANT

Le niveau attendu est accessible à tous car il prend en compte votre niveau de départ , votre investissement personnel (présence et participation) ainsi que vos progrès.

Des connaissances théoriques vous permettront de parfaire votre connaissance dans la discipline pratiquée.

Objectif découverte ou approfondissement d'une discipline athlétique au choix mais aussi plaisir de se confronter à ses possibilités physiques et techniques!



S'inscrire

S'inscrire [<http://suaps.univ-poitiers.fr/s-inscrire/>]

Université de Poitiers - 15, rue de l'Hôtel Dieu - TSA 71117 - 86073 POITIERS Cedex 9 - France - Tél : (33) (0)5 49 45 30 00 - Fax : (33) (0)5 49 45 30 50 - webmaster@univ-poitiers.fr