

CLUB COURSE A PIED

Animation : Thomas Pierre

Référente : Chantal Louis - 06 84 07 95 42

La course à pied

La course à pied est une discipline sportive appartenant à l'athlétisme à l'allure plus ou moins rapide selon la distance à parcourir.

Sous forme de jeux alliant endurance, motricité et vitesse, de la convivialité, je vous invite à me rejoindre le mercredi et vendredi.

Etant ancien coureur de fond, mon vécu m'a appris énormément de choses sur les facons de s'entraîner et les formations réalisés m'ont enseigné à en faire des séances d'entraînements ludiques et pédagogiques pour petits et grands.