

PROGRAMME SPORT ADAPTE JEUNES

« JE DECOUVRE » « JE JOUE » « JE M'ENTRAINE' »

SAISON 2022-2023

Nous voilà donc à l'aurore d'une nouvelle saison. Nous continuerons à nous mobiliser afin d'offrir une diversité d'activités physiques et sportives ainsi qu'une vie associative en toute sécurité à chacun des sportifs du sport adapté.

Voici ci-dessous les différentes modalités précisées pour le programme SAJ gardois.

A QUI S'ADRESSE CE PROGRAMME

Tous les jeunes (-21ans) en situation de handicap mental et/ou psychique, en Etablissements et Structures Médico-Sociales (ESMS)et/ou scolarisés en ULIS.

3 PROGRAMMES NATIONAUX



CONTACT CDSA 30

VALMEDICA, 221 rue Claude Nicolas Ledoux 30900 Nîmes - Tél : 04.66.23.49.36 / Fax : 09.85.52.91.41
Email : sportadaptgard@gmail.com - Site : sportadaptgard.wordpress.com



ACTIVITÉS
M. brices

PROGRAMME SPORT ADAPTE JEUNES « JE DECOUVRE » "JE JOUE" ET « JE M'ENTRAINE" SAISON 2022-2023

FONCTIONNEMENT DES PROGRAMMES

« SAJ ACTIVITÉS M. brices » les mardis de 10h30 à 15h00 (1 mardi par mois avec de petits effectifs)

SAJ « Je découvre » « Je joue » et « Je m'entraîne » → les mercredis
(1 rencontre hebdomadaire)

La journée 10h/15h ou la demi-journée de 12h à 15h avec un accueil à 11h pour le pique-nique.

QUELLES SONT LES MODALITÉS DE PARTICIPATION ?

Être licencié à la fédération française de sport adapté

Licence annuelle ou licence découverte (à la journée) à 10€ présentation d'un certificat médical, valable uniquement pour les rencontres non compétitives, et renouvelable 2 fois dans l'année

Adhésion annuelle au programme

De l'établissement ou l'association sportive (CF Documents adhésion programmes) dans lesquels vous renseignez les coordonnées des référents aux journées.

S'inscrire à la rencontre

Pour chacune des rencontres, un dossier d'inscription est envoyé en amont, avec une fiche d'engagement à retourner (en respectant la date indiquée) pour faciliter l'organisation.

LES TEMPS FORTS DE LA SAISON 2021 2022

Réunion

Lundi 12 septembre 2023

Réunion informations saison 2022-2023

Lundi 6 février 2023

Regroupement des référents + conseil consultatif sportif

Lundi 15 mai 2023

Réunion de bilan + construction des programmes SAJ
+ conseil consultatif sportif

Les Formations

Savoir Rouler A Vélo (SRAV)

22 et 23 septembre (34)

Assemblée Générale

CDSA30

Samedi 18 février 2023

CONTACT CDSA 30

VALMEDICA, 221 rue Claude Nicolas Ledoux 30900 Nîmes

Tél : 04.66.23.49.36 / Fax : 09.85.52.91.41

Email : sportadaptegard@gmail.com

Site : sportadaptegard.wordpress.com

PROGRAMME SPORT ADAPTE JEUNES

« JE DECOUVRE » "JE JOUE" ET « JE M'ENTRAINE »

SAISON 2022-2023

*organisation à la journée

28 septembre*	Je joue	Plein air au Figaret	St Hippolyte du fort
Vend.30 septembre	Eval sport santé	Bouger avec le sport adapté	A Nîmes
5 octobre*	Je découvre	Découverte sports collectifs	Pont st esprit
5 octobre	Je m'entraîne	Détection football	Pont st esprit
12 octobre*	Je découvre	Cross de l'ARTES	St Privas des Vieux
19 octobre*	Je joue	Raid pratique partagée	Nîmes
9 novembre	Je découvre	Hip Hop pour tous	Nîmes
16 novembre	Je m'entraîne	Cross régional	Nîmes
23 novembre*	Je joue	Cross ludique Pratique partagée	St Christol les Alès
30 novembre	Je joue	Handball pratique partagée ?	A déterminer
7 décembre*	Je m'entraîne	Challenge sport co (football & basket 3*3)	Nîmes ou Bagnols
14 décembre*	Je m'entraîne	Challenge sport co (football & basket 3*3)	Nîmes ou Bagnols
4 janvier*	Je m'entraîne	Challenge sport co (football & basket 3*3)	Nîmes ou Bagnols
11 janvier*	Je m'entraîne	Finale Challenge sport co	Nîmes ou Bagnols
18 janvier	Je découvre	Acrosport	Vauvert
30 janvier/3 Février	SEJOUR	Séjour Sports d'Hiver	Mont Louis (66)
25 janvier	Je découvre	Base ball 5	Nîmes
1 ^{er} février	Je joue	Challenge base ball 5	Nîmes
6 février	Réunion	Regroupement représentants des sportifs	A déterminer
8 février	Je joue	Badminton pratique partagée	Manduel
15 février*	Je m'entraîne	Régional football SAJ	11
8 mars	Je découvre	BMX (1 créneau par structures)	Nîmes
15 mars	Je joue	Challenge BMX	Nîmes
14/15/16 mars	Je m'entraîne	CNE (coupe nationale espoir football)	Bretagne
29 mars	Je m'entraîne	CR para natation adapté	Limoux (11)
29 mars	Je m'entraîne	Départemental athlé	Alès
5 avril*	Je joue	SOP Pratique partagée avec Lycée	Nîmes
12 avril*	Je m'entraîne	Régional Athlé SAJ	Nîmes
19 avril*	Je découvre	Roue libre	Nîmes
10 mai	Je m'entraîne	VTT Cross-country	Poulx
10/11/12 mai	Je joue	Jeux Nationaux	72
11 mai	Je m'entraîne	CR para rugby SAJ	Albi (81)
15 mai	Réunion	Bilan & construction saison prochaine	A déterminer
mi mai	Je m'entraîne	CF para natation SAJ	A déterminer
24/25/26 mai	Je m'entraîne	France para athlétisme adapté SAJ	Moiran (38)
24 mai	Je joue	Course d'Orientation + Run & Bike	Cabrières
31 mai	Je découvre	Beach sport (Beach handball/beach soccer)	Grau du Roi
14 juin	Je joue	Raid SAJ	Bagnols
20/22 juin	Je m'entraîne	CF para basket SAJ	A déterminer
22 juin	Je découvre	Rando Aquatique	Alès
23/24/25 juin	Je m'entraîne	CF para rugby adapté	Toulouse
27/28/29 Juin	Je m'entraîne	France para football adapté SAJ	Marguerittes (30)

CONTACT CDSA 30

VALMEDICA, 221 rue Claude Nicolas Ledoux 30900 Nîmes
Tél : 04.66.23.49.36 / Fax : 09.85.52.91.41
Email : sportadaptegard@gmail.com
Site : sportadaptegard.wordpress.com

MAJ 13/09/2022

Un programme original,

MARDI 4 OCTOBRE 2022* - **Activité de pleine nature**

A Uzès parc de la Vallée de l'Eure



MARDI 29 NOVEMBRE 2022 - **Rando sensorielle**

à St Privat des Vieux avec le Club Omnisport de L'ARTES



MARDI 17 JANVIER 2023 - **EXPRESSION CORPORELLE**

(secteur SAUVE)



Du 30 JANVIER au 3 FEVRIER 2023 - **Séjour Sports d'hiver**

à Mont Louis (66)

MARDI 14 FEVRIER 2023* - **BOLLA - BOWLING**

à Nîmes



MARDI 14 MARS 2023 - **Courir sauter lancer**

Marguerittes avec le collège Lou Castellas



MARDI 4 AVRIL 2023 - **Rando avec les Anes**

Secteur Bernis Avec l'ARERAM club omnisport



MARDI 16 MAI 2023* -

Equilibre

à Nîmes



MARDI 30 MAI 2023* - **Journée Nationale des activités motrices**

A Nîmes la Mas d'Alesti

MARDI 20 JUIN 2023 -

Activité nautique

Au Grau du roi



* journée ouverte aux structures adultes (FAM et MAS)

CONTACT CDSA 30

VALMEDICA, 221 rue Claude Nicolas Ledoux
30900 Nîmes

Tél : 04.66.23.49.36 / Fax : 09.85.52.91.41

Email : sportadaptegard@gmail.com

Site : sportadaptegard.wordpress.com

MAJ le 13/09/2022