



STAGE MONITEUR SPORTIF INITIATEUR en Athlétisme
Exemplaire type d'une séance d'entraînement

Candidat : NOM PRÉNOM

LIEU CERCLE

Maître de stage : NOM PRÉNOM

Séance du : deh..... àh.....

Nombre d'athlètes prévus :(enfants de 7 à 12 ans)

THÈME(S) DE LA SÉANCE (disciplines enseignées)

1.....

2.....

3.....

SCHÉMA DE LA SÉANCE (description des différents exercices et progressions dispensés).

ÉCHAUFFEMENT

DURÉE

CORPS DE LA SÉANCE

DURÉE

RETOUR AU CALME

DURÉE

REMARQUES ÉVENTUELLES

Signature du candidat

signature du maître de stage