

Planning Multi sport 2024-2025

CYCLE 1

Dates	Activité
11/09	Stretching
18/09	Jeux de balles
25/09	Circuit renfo
02/10	Lutte
09/10	Parcours motricité
16/10	Jeux musicaux

CYCLE 4

Dates	Activité
12/03	Boxe
19/03	Circuit cardio
26/03	Yoga/Méditation
02/04	Jeux de balles
09/04	Break Dance
16/04	Parcours motricité

CYCLE 2

Dates	Activité
06/11	Jeux de balles
13/11	Boxe
20/11	Street Dance
27/11	Yoga/Méditation
04/12	Circuit cardio
11/12	Parcours motricité
18/12	Relais/Jeux d'équipes

CYCLE 3

Dates	Activité
08/01	Danse de couple
15/01	Lutte
22/01	Parcours motricité
29/01	Stretching
05/02	Circuit renfo
12/02	Relais/Jeux d'équipes
19/02	Jeux de balles

CYCLE 5

Dates	Activité
07/05	Jeux de balles
14/05	Jeux musicaux
21/05	Stretching
28/05	Relais/Jeux d'équipes
04/06	Parcours motricité