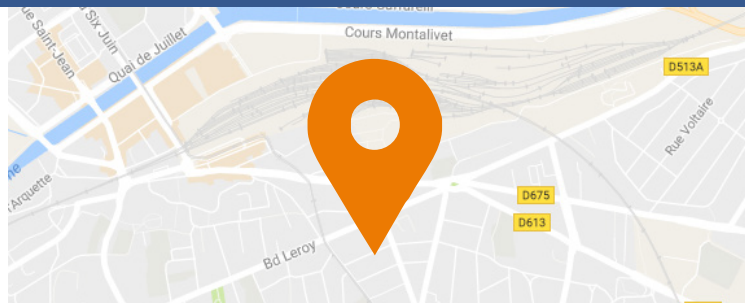
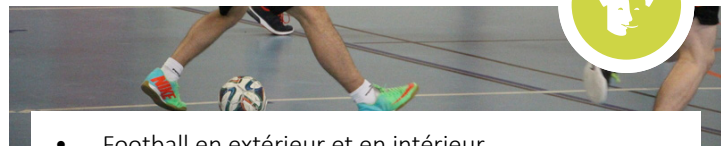


3 PÔLES D'ACTIVITÉS :

3 LIEUX D'ACTIVITÉS :

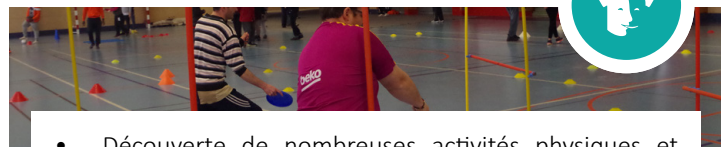


Football



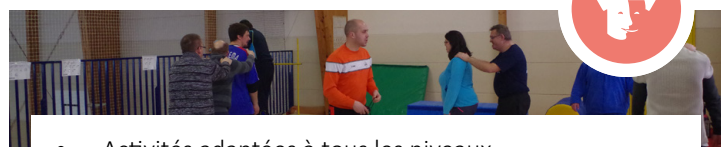
- Football en extérieur et en intérieur
- Participation à différents plateaux, tournois et évènements
- Partage des valeurs du sport dans un cadre sécurisant

Multisports



- Découverte de nombreuses activités physiques et sportives, classiques et innovantes
- Cadre convivial et pratique partagée
- Développement moteur, lien social et mixité

Remise en forme



- Activités adaptées à tous les niveaux
- Step, Aérobie, running, fitness, stretching...
- Travail également la relaxation, respiration, concentration, l'alignement, la coordination, et la fluidité.

- 1 GYMNASSE STE THÉRÈSE :**
12 avenue Sainte-Thérèse, 14000 Caen
Arrêt de tram (A & B) : Lux Victore Lépine
- 2 STADE RENÉ BENDIF :**
Rue des Jonchets 14123 Cormelles le Royal
Arrêt de tram (A & B) : Poincaré
- 3 LOCAL 217 :**
217 boulevard du Grand Parc, 14200 HSC
Arrêt de tram (B) : Académie



CONTACT :
Clémence LE ROUX
cleroux@capsport-epi.fr
06 35 34 43 57



/CAP'Sport association



Favoriser l'Éducation, la Prévention et l'Insertion par le SPORT

ZOOM SUR LE **SPORT ADAPTÉ** :

Depuis 2011, CAP'Sport met en place un ensemble d'activités en direction des personnes en situation de handicap mental et psychique.

Les Activités Physiques et Sportives constituent un moyen privilégié de favoriser l'apprentissage de nouvelles habiletés et de **développer** des capacités telles que **la coordination, l'équilibre** ou encore **l'orientation**.

Elles permettent aussi d'améliorer le bien-être en réduisant le stress, l'anxiété permettant d'avoir une **meilleure image de soi-même** et d'augmenter son estime de soi.

3 activités ADAPTÉES **1** adhésion **300** ADHÉRENTS **6** créneaux



Adhérer c'est rejoindre le collectif CAP'Sport, partager ses valeurs d'entraide et de respect. C'est également devenir acteur du projet de l'association. Chaque adhérent peut en effet collaborer, en dehors de ces pratiques, aux actions solidaires et événementielles de la structure.

Mixité

Épanouissement

Collectif

Partage

« CAP'Sport se veut un lieu d'échange, de pratiques partagées, un collectif où chacun a sa place... Un tremplin d'avenir pour le plus grand nombre. »

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					10H Ça me dit... Vélo, marche d'orientation, marche nordique, événements... Local 217 (HSC)
					17H30
17H30 Foot en herbe Stade René Bendif	18H Form'Active Gymnase Ste Thérèse	17H30 Multisports Gymnase Ste Thérèse	17H30 Multisports Gymnase Ste Thérèse Réservé aux mineurs		
			18H30		
			19H Futsal Gymnase Ste Thérèse		
19H30	19H30	19H30	20H30		

*HSC = Hérouville-Saint-Clair

COMMENT ADHÉRER À L'ASSOCIATION ?

L'adhésion est de **30€ L'ANNÉE**, elle couvre la période de septembre 2017 à septembre 2018. Elle permet l'accès à l'ensemble des actions mises en place dans ce cadre (voir tableau). Elle comprend la licence, l'assurance et la **dotation d'un t-shirt «CAP'Sport»**.

Cart'@too et aides sociales acceptées, possibilité de régler en deux fois.

- 1 Remplir le dossier d'inscription**
(Disponible sur le site internet de l'association ou sur le site d'activité)
- 2 Joindre un certificat médical**
(Plus une photo d'identité)
- 3 Joindre le règlement**
(Règlement par chèque à l'ordre de «CAP'Sport» ou en espèce)
- 4 Déposer le dossier sur le lieu d'activité**
(Remise en main propre à l'un des éducateurs)