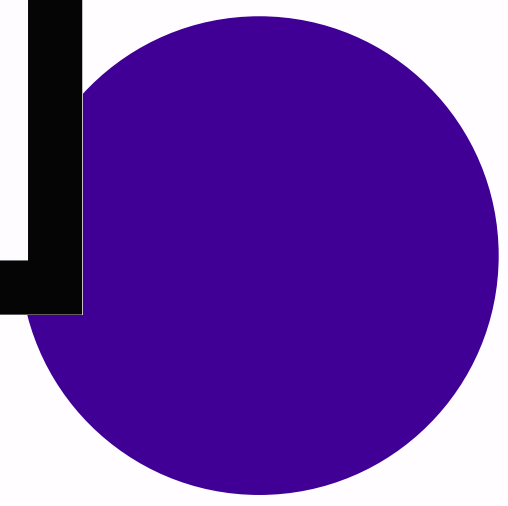
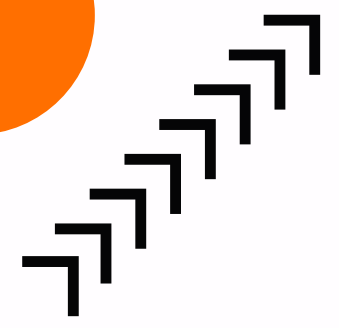
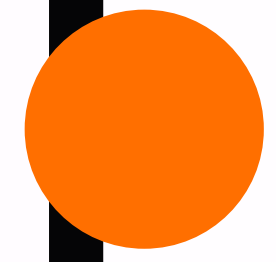




Le Module
 École du mouvement, spécialisée en parkour.



 www.lemodule.ca

 **819 238-4374**

 lemoduleparkour@gmail.com

  [@lemoduleparkour](https://www.instagram.com/lemoduleparkour)

Le Module

Depuis plus de 3 ans à Sherbrooke, sous forme d'école, dans un environnement adapté, sécuritaire et créatif, le **Module** enseigne le parkour. Il offre des classes dans ses locaux et il collabore avec de nombreux établissements scolaires et centres jeunesse.

Le **Module** participe également à de nombreux projets artistiques et événementiels en Estrie.

Le **Module** enseigne la passion du parkour et transmet les valeurs de persévérance, de confiance, de patience, de respect, d'humilité et de liberté aux jeunes de la région.

Occasionnelles ou récurrentes les activités sont établies afin d'assurer une progression en continue !

Depuis plus de 10 ans, l'équipe d'entraîneurs, des adeptes de la discipline du parkour, promouvoient ce sport dans la région. Ils sont spécialisés, formés et professionnels.

Chaque semaine, plus de 150 élèves suivent assidûment les sessions de cours offertes et se perfectionnent avec le matériel modulable et l'enseignement offert.



Nous sommes la référence en Estrie dans l'enseignement du parkour !



Parascolaire
Sortie sportive
Service de garde
Cours d'éducation physique
Journées pédagogiques
Activités de début ou de fin d'année, etc.

**Interpeller l'esprit créatif
Surprendre les réflexes
Nourrir le goût pour l'aventure**

À travers la discipline du parkour, les jeunes apprennent que la compétition n'est pas nécessaire pour se réaliser soi-même.

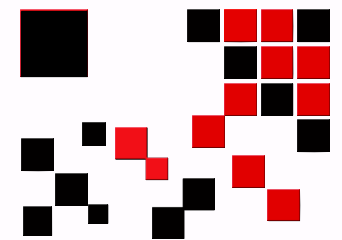
Le parkour c'est l'expression par le langage corporel et c'est s'entraîner en jouant.

C'est aussi un sport peu dispendieux et accessible partout!

Une activité sportive

originale

en pleine effervescence !



Le Module

Le Module

Le parkour est un sport qui permet à tous d'explorer leur environnement et de s'y déplacer de manière créative, fluide et amusante.

Les objectifs sont définis de manière individuelle et permettent le développement des habiletés motrices au rythme de chacun.

C'est à travers des cours théoriques et pratiques, répartis sur différents niveaux, que le **Module** prépare et encourage les jeunes à se surpasser.

Les activités pratiques :

Circuits de vitesse
Défis d'équilibre
Épreuves de difficultés
Techniques aux barres
Thématiques de roulades
Passements d'obstacles
Acrobaties sur trampolines
Mouvements chorégraphiés

L'équipe d'entraîneurs s'occupe de la gestion du temps, d'introduire la discipline et de motiver les élèves.

Elle peut aussi se déplacer dans votre établissement.

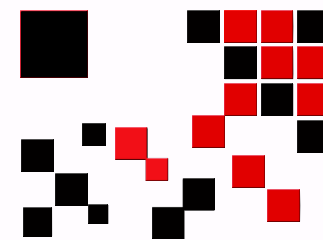
Les enseignants peuvent participer aux activités **clés en main** et passer du temps de qualité avec les élèves.

Le **Module** recommande un minimum de 3 activités par groupe pour l'apprentissage des mouvements et leur mise en pratique dans différents jeux.

Athlètes, artistes et intellectuels sont comblés!

Le Module assure des activités qui rejoignent les différents types de personnalités.

Performance, qualité d'exécution, créativité, flexibilité, précision, improvisation, l'objectif est de stimuler les capacités physiques et mentales des jeunes.



Le Module

Le Module

Le **Module** sensibilise les jeunes à respecter l'environnement urbain, leurs règlements et l'importance de s'y déplacer de manière sécuritaire.

Adapté aux filles et aux garçons de niveau primaire ou secondaire.

Le **Module, l'école du mouvement spécialisée en parkour !**



Facteurs de défis mentaux :
Gestion de la peur et du risque.

Facteurs de défis physiques :
Développer son agilité, prendre de la vitesse et de la force.

Preuves de succès :
Augmentation de la confiance en soi
Capacité d'adaptation à l'environnement
Adoption de saines habitudes de vie
Développement personnel

Autres services offerts :

Le **Module** encourage et collabore dans la création de projets artistiques.

Conception, design et distribution d'équipement de parkour.


Les activités incluent : l'équipement, le transport et l'installation.

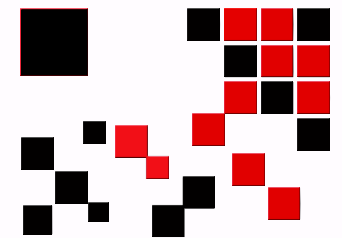
Nos prix varient selon le nombre de participants, la durée de l'activité, la récurrence et le lieu.



 www.lemodule.ca
 819 238-4374
 lemoduleparkour@gmail.com
  @lemoduleparkour

Situé au coeur de Sherbrooke, venez visiter!

 1585 rue Denault, Sherbrooke, QC J1H 2R1



Le Module