

DU PARKOUR POUR VOTRE ÉCOLE !

Nous proposons aux groupes scolaires une introduction au parkour et ses principales techniques.

QUI ? QUOI ?

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.

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.



TYPES DE SERVICES :

- Activité pour le **service de garde** lors de journées pédagogiques
- Sorties sportives lors des **cours d'éducation physique**
- Suite de cours en **parascolaire** (soirs à notre local)
- Activité spéciale de **début ou fin d'année**
- **Accompagnement** des professeurs dans leurs cours d'éducation physique



LES TECHNIQUES ABORDÉES:

- La sécurité en parkour / comment bien tomber (amorties et roulades)
- Les sauts, la précision et l'équilibre
- Les passements d'obstacles (différentes traverses et circuit)
- Les acrobaties sur trampoline et mouvements aux barres
- Comment monter et descendre un mur / s'accrocher et escalader



DÉTAILS

- Activité de 1h00, 1h30 ou 2h00
- Le tarif est par participant et varie selon le nombre, la durée, la récurrence et le lieu de l'activité:
Entre 9,50\$ (100 participants et +) et 18\$ (8 participants)
- Âge minimum : 9 ans

AU MODULE

Nombre de participants par groupe:
minimum: 8
maximum: 30

Possibilité de 3 rencontres avec le même groupe!

DANS VOTRE ÉTABLISSEMENT

Nombre de participants de l'heure:
maximum: 30

Minimum de 2 heures d'activité et d'un total de 40 participants

Frais supplémentaires:

- 250\$ pour le matériel
- 1,30\$ / kilomètre lorsqu'à l'extérieur de Sherbrooke

NOS INFORMATIONS

819-238-4374
lemoduleparkour@gmail.com

1585 rue Denault Sherbrooke (entrée à l'arrière)
www.lemodule.ca

