



Alban SAPORITI

**Gymnase**  
Centre Sportif Jean Talbot

**Hardbloc**  
11 rue Parmentier - Alfortville (94)



David IZIDORE

## OBJECTIFS ET CONTENUS DU COURS

- acquisition de différentes techniques afin d'être autonome
- développement d'une motricité adaptée
- développement et gestion de sa qualité physique

### Remarques :

- Prévoir l'acquisition de chaussons d'escalade
- Sortie en falaise au second semestre