

Journée Sportive du 9 Juin 2017 avec L'«IFMS» (Institut de Formation aux Métiers du Sport)

Fondé en 2012 à

l'initiative de l'association Hauteville 3S et de formateurs passionnés par les métiers du sport et de l'animation, l'Institut de Formation aux Métiers du Sport Hauteville 3S est un organisme de formation hébergé au sein du Centre Européen de Stages et séjours Sportifs.



En ce vendredi 9 Juin, nous avons commencé par un échauffement très dynamique, en compagnie des personnes en formation au sein de l'institut de Formation, (Loïc, Arnaud, Lucas, Ludo, Martin, Océane, Natacha), et des Missions Locales d'Oyonnax et de Bourg-en-Bresse, afin de se préparer aux activités physiques de la journée.

Voici les différentes activités physiques pratiquées au cours de la journée :



- Basket assis/debout : Canada présenté par Natacha
- Course d'orientation : Norvège présenté par Océane
- Frisbee : USA présenté par Loïc & Arnaud
- Baseball (thèque) : Japon présenté par Martin
- Step/Musculation : Brésil présenté par Lucas & Ludo

A l'heure du repas de midi, nous sommes partis faire une randonnée en direction d'un lac avec un espace pique-nique aménagé.

A la fin de la journée, chaque équipe devait, trouver un mot « clé », en fonction du nombre d'indices obtenus, en rapport avec le nombre d'activités gagnées par chaque équipe.

La journée s'est terminée sur une note positive pour tout le monde, car elle nous a appris, l'esprit d'équipe, l'entraide et surtout...