

Paratrampoline

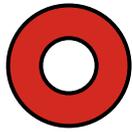
Le paratrampoline est une activité extrascolaire inclusive qui favorise :



L'apprentissage des gestes essentiels à la pratique sportive, adaptés à chaque niveau.



La prise de confiance en soi grâce à une pratique douce et progressive.



Le maintien et la remise en forme, tout en développant l'équilibre, la coordination et la souplesse.

Qui sommes-nous ?

Le Club de Trampoline de Châtillon (ATC), fondé en 1999, accueille chaque année plus de 150 adhérents, qu'ils soient compétiteurs ou pratiquants loisirs.

L'ATC est un club labellisé formateur, reconnu pour sa structure d'accueil des gymnastes de haut niveau et soutenu par l'Agence Nationale du Sport (ANS).

Engagés en faveur de l'inclusion, nous proposons désormais une activité adaptée aux personnes en situation de handicap mental, en collaboration avec les IME. Nous offrons un cadre bienveillant, où chacun peut évoluer à son propre rythme, dans un environnement sans jugement et sans pression de performance.



<https://www.trampolinechatillon.com>

trampolinechatillon@gmail.com

06 82 92 18 70



Qu'est-ce que le trampoline ?

Le trampoline est une discipline olympique de la fédération française de gymnastique alliant musculation et dextérité, qui permet une progression douce et adaptée. Du saut simple au triple salto, chacun peut évoluer à son rythme, selon ses capacités et ses envies, tout en étant toujours soutenu dans son développement personnel.

Pourquoi le trampoline est particulièrement adapté aux personnes en situation de handicap mental ?

Quel que soit le handicap, la pratique sportive est un vecteur essentiel de progression et de développement personnel. Elle favorise l'autonomie, la confiance en soi et l'intégration sociale. Le trampoline, par sa nature ludique et ses évolutions progressives, permet à chacun de s'épanouir dans un environnement sécurisé, bienveillant et sans jugement.

Informations pratiques

Les activités de para-trampoline sont proposées dans le cadre du programme de l'ANS, en partenariat avec la Fédération de Gymnastique et la Ville de Châtillon.

Nos entraîneurs sont diplômés pour la pratique du trampoline et formés spécifiquement pour l'accueil de personnes en situation de handicap mental. L'accompagnement est également assuré par des référents expérimentés des IME, garantissant une prise en charge individualisée et bienveillante.

Créneaux : le Lundi au gymnase Maurice Baquet, Espace Roland Garros, Châtillon

Encadrement :

- De 2 à 4 jeunes : 1 entraîneur du Club + référent(s) IME
- De 5 à 8 jeunes : 2 entraîneurs du Club + référent(s) IME
- De 9 à 12 jeunes : 3 entraîneurs du Club + référent(s) IME

Tarifs :

- 2 jeunes: 40 €/h/jeune
- 3 jeunes: 35 €/h/jeune
- 4 jeunes ou plus: 30 €/h/jeune

<https://www.trampolinechatillon.com>

trampolinechatillon@gmail.com

06 82 92 18 70

