

CHEMINEMENT GYMNIQUE à la Légion Saint Pierre

Ce tableau permet de comprendre les cheminements possibles à la Légion Saint Pierre de Brest, en fonction de l'âge, du niveau et de l'engagement (accès groupes COMPÉTITIF sur avis des entraîneurs).



Programmes

Valeurs Educatives Philosophie

- GRANDIR
- RÊVER
- ÉCOUTER

**PETITE
ENFANCE**
de 12 mois à
6 ans

Programme
EXPLORATOIRE
Pas d'Évaluations
1 à 2 cours / Sem.

*Grandir
en S'amusant*

**Secteur
DECOUVERTE**
de 7 à 14 ans et +

Programme
d'INITIATION
Non Compétitif
1 à 2 cours / Sem
Mixte et spécifique
garçons

- DÉCOUVERTE
- S'ÉPANOUIR
- APPLICATION

*Découvrir
en se divertissant*

**Secteur
PLAISIR**
de 7 à 14 ans et +

Programme
DEVELOPPEMENT
1er Niveau Compétitif
Niv. Fédéral B
2 à 3 cours / Sem.
GAF/GAM

- CONCENTRATION
- PROGRESSION
- PLAISIR

Progresser

**Secteur
PASSION**
de 7 à 14 ans et +

Programme
COMPÉTITIF
Niv. Fédéral A/ PERF
4 à 5 cours / Sem.
GAF/GAM

- PASSION
- RIGUEUR
- IMPLICATION

Se perfectionner

**Secteur
PERFORMANCE**
de 7 à 14 ans et +

Programme
PERFECTIONNEMENT
Niv. PERF / Élite
5 cours mini / Sem.
GAF
(GAM à développer)

- ENGAGEMENT
- ACTION
- DÉTERMINATION

Se dépasser

- BOUGER
- SE RELAXER

**ADULTE
LOISIR - ACRO**
18 ans et +

Programme
PLAISIR - BIEN-ETRE -
GYM + (santé)
Pas d'Évaluations
1 à 2 cours / Sem.

*Se faire
Plaisir*