



Programme d'activités Défi Sport

JANVIER 2021

Saison sportive 2020 – 2021

SITUATION SANITAIRE :

Afin de pouvoir nous adapter plus facilement aux directives sanitaires qui évoluent chaque mois, nous vous proposons dorénavant des programmes d'activités mensuels et non plus trimestriels, et ce jusqu'à nouvel ordre. Merci de votre compréhension. En espérant une amélioration de la situation qui nous permettra de proposer toutes les activités habituelles, avec déplacement en minibus, comme les journées bowling ou les week-ends à thème par exemple.

- Pour participer aux activités de **Défi Sport**, il est indispensable d'être à jour de son adhésion annuelle : **65 euros** comprenant la licence FFSA + l'assurance RC + garanties accidents corporels B1. Vous devez également avoir fourni le certificat médical type, la fiche d'adhésion, la fiche sanitaire et de renseignements.
- **Horaires et départs : nous attirons votre attention sur les horaires indiqués.** Concernant les départs en weekend, séjours, et pour certaines activités, il ne nous sera pas possible d'attendre les retardataires. Nous vous remercions de vous y conformer dans l'intérêt de tous.

INFO « COVID » : Nous mettons tout en œuvre pour respecter au mieux les consignes sanitaires. Merci de prévoir pour chaque activité un masque et si possible du gel hydroalcoolique. Pendant l'activité sportive le port du masque n'est pas obligatoire, mais le port du masque est demandé aux adhérents et aux familles au moment de l'accueil des différentes activités. Pendant ces temps d'accueil, il est également demandé aux familles et éducateurs de respecter les distanciations sociales.

Samedi 9 janvier 2021

- **1/ Randonnée dans les Calanques**
Randonnée accessible au niveau technique mais distance importante, qui demande de l'endurance.
 - **Heure et lieu de rendez-vous : 11h** à l'entrée du Parc Pastré. 155, avenue de Montredon 13008 Marseille
 - **Frais d'inscription à la journée : 32 €.** [Prévoir un pique nique](#)
 - **Equipement :** Sac à dos, chaussures de marche, tenue de sport, vêtements chauds, gourde d'eau.
 - **Fin de la journée : 17h00** même lieu de rendez-vous.

Samedi 16 janvier 2021

- **Journée : MULTISPORTS au Gymnase de l'Ecole de St Joseph de la Madeleine**
Plusieurs groupes seront constitués, prenant en compte les envies de chacun.
 - **Programme : Au choix :** Badminton, Tennis de Table, Escalade, Basket, Tournoi de Foot en salle, et autres jeux sportifs...
 - **Lieu de rendez-vous : à 11 heures** à l'Ecole Saint Joseph de la Madeleine (Marseille 4ème)
 - Accès par la rue Chape (en haut du cours Franklin Roosevelt) : Passer devant l'Institut Méditerranéen de Formation (IMF), l'entrée de l'école se trouve à 300m sur votre droite.
 - **Equipement :** tenue et chaussures de sport, gourde d'eau.
 - **Frais d'inscription à la journée : 33€.** [Prévoir un pique nique](#)
 - **Fin de la journée : 17h00** même lieu de rendez-vous.

Samedi 23 Janvier 2021

■ Journée **FITNESS et/ou MULTISPORTS** au Gymnase du Roy d'Espagne

Plusieurs journées en une !!!

Plusieurs groupes seront constitués, prenant en compte les envies de chacun.

Fitness, entretien corporel, Zumba, parcours moteurs, jeux de ballons, tir à l'arc et autres jeux sportifs...)

- **Heure et lieu de rendez-vous : 11h00** au Gymnase du Roy d'Espagne, 42, chemin du Roy d'Espagne (entre le collège du Roy d'Espagne et le magasin Décathlon)
- **Frais d'inscription à la journée: 33€.** [Prévoir un pique nique](#)
- **Equipement** : chaussures et tenue de sport, gourde d'eau, serviette, tee-shirt de rechange.
- **Fin de la journée : 17h00** au même lieu de rendez-vous.

Samedi 30 Janvier 2021 (2 journées proposées)

■ 1/ Randonnées à la Sainte Victoire

A/ Randonnée facile (faible dénivelé, chemins peu accidentés).

B/ Randonnée sportive (dénivelé important, sentiers plus accidentés).

- **Heure et lieu de rendez-vous : 10h** sur le parking de Carrefour Le Merlan à proximité de la station de lavage.
PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE DANS LES MINIBUS
- **Frais d'inscription à la journée : 33 €.** [Prévoir un pique nique](#)
- **Equipement** : sac à dos, chaussures de marche, tenue de sport, vêtements chauds, gourde d'eau.
- **Fin de la journée : 17h00** même lieu de rendez-vous.

■ 2/ Journée **CIRQUE**

- **Heure et Lieu de rendez-vous : 11h00** au Centre d'Animation Saint Just - Bellevue : accès par la résidence Corot (56, 58 avenue Corot, 13013 Marseille), passer devant les commerces de la résidence Corot, au bout de la ligne droite prendre à gauche, monter jusqu'au Centre d'Animation.
- **Frais d'inscription à la journée : 33 €.** [Prévoir un pique nique](#)
- **Equipement** : chaussures de sport, tenue de sport, gourde d'eau.
- **Fin de la journée : 17h00** même lieu de rendez-vous.

Défi Sport. Résidence Corot Bât E, 58 Avenue Corot 13013 Marseille. Mail : defi.sport13@gmail.com

Tél : 09 50 63 91 96 (n° non surtaxé). Port : 06 61 47 45 66 / 06 63 91 98 48. Fax : 09 55 63 91 96.

Association Loi 1901, affiliée à la Fédération Française du Sport Adapté. Siret : 429 516 735 00025.

Code APE : 9312Z. Agrément Jeunesse et Sport 1738 S/99.