



SSF – Programme des cours – Élèves de 7^H à 8^H

Activités	Lieu	Jour	Horaire	Début/Fin	Remarques
Sport de New raquettes / Badminton et tennis de table	Centre sportif du Platy	Mardi	16h15 à 17h15	14.09.2021 au 07.06.2022	Cours destinés en priorité aux enfants qui veulent découvrir le badminton et le tennis de table (2x15 leçons en alternance).
Basketball	École du Platy	Jeudi	16h15 à 17h15	16.09.2021 au 09.06.2022	Deux groupes seront formés selon le niveau des élèves.
Cirque TOAMÈME	Rochettes	Jeudi	16h15 à 17h45	16.09.2021 au 09.06.2022	Jonglage, équilibre, souplesse, force et théâtre. Prendre des ballerines. Cours incompatible avec le théâtre (Ombres de Shakespeare). En collaboration avec l'école du Cirque TOAMÈME : www.toameme.ch .
Danse, zumba et expression corporelle	Rochettes	Lundi	17h00 à 18h00	13.09.2021 au 13.06.2022	Cours destinés aux enfants désireux de découvrir l'expression corporelle.
Escalade 1^{er} groupe	Cormanon	Mercredi	13h15 à 14h45	15.09.2021 au 02.02.2022	Découvrir le plaisir de grimper sur un mur artificiel. 
Escalade 2^{ème} groupe	Cormanon	Mercredi	13h15 à 14h45	09.02.2022 au 15.06.2022	Découvrir le plaisir de grimper sur un mur artificiel.
New Foot filles	École du Platy	Lundi	16h00 à 17h00	13.09.2021 au 13.06.2022	Découvrir le football au féminin, véritable phénomène culturel et social
Gymnastique et jeux divers	Villars-Vert	Mercredi	13h15 à 14h15	15.09.2021 au 08.06.2022	Cours polysport : jeux, gymnastique et athlétisme.
Judo	Centre sportif du Platy (Dojo)	Mardi	16h15 à 17h15	14.09.2021 au 07.06.2022	Un kimono sera mis à disposition.
 Karaté Self-Défense 1 an de cours	Rochettes	Mardi	16h00 à 17h00	14.09.2021 au 07.06.2022	Prendre un pantalon de training.
Karaté Self-Défense 2 ans de cours	Dojo du Guintzet, Av. Jean-Paul II 13	Jour et heure à définir avec l'entraîneur : M. Olivier Reynald ☎ 079/423.32.76			Cours destiné aux enfants qui ont déjà pratiqué le karaté/self-défense durant une année au moins (école ou club). Dojo du Guintzet sur le site www.kccobra.ch .
Natation non nageurs	Ecole libre publique de Fribourg	Mercredi	16h00 à 17h00	15.09.2021 au 29.06.2022	Les cours n'ont pas lieu de façon hebdomadaire mais selon un programme spécifique qui sera transmis aux parents.
New Parkour	École du Platy	Vendredi	16h00 à 17h00	17.09.2021 au 25.02.2022	Découvrir les mouvements et acrobaties du « Parkour », en salle de sport.
Poids corporel sain	École du Platy	Mercredi	14h00 à 15h00	15.09.2021 au 08.06.2022	Bouger et s'amuser (cf page 26).
Poids corporel sain	École de Villars-Vert	Lundi	16h00 à 17h00	13.09.2021 au 13.06.2022	Bouger et s'amuser (cf page 26).
Volleyball	École du Platy	Mercredi	15h00 à 16h00	15.09.2021 au 08.06.2022	Élèves désireux de découvrir la technique du volleyball.