

110ANS
ASM



OLYMPIADES

ASM



PROGRAMME

SAMEDI 25 JUIN 2022

La Gauthière – 84 boulevard Léon Jouhaux – Clermont-Ferrand



L'ASM EN FÊTE LE 25 JUIN 2022 DE 9H À 18H !

**Ouvert au public / Entrée gratuite / Tombola gratuite
Animations et jeux ludiques / Stands / Atelier créatif
Mini-conférences / Exposition sur les 110 ans du Club
Buvette & Restauration non stop**

ANIMATION ASSURÉE PAR JÉRÔME GALLO 

ON VOUS ACCUEILLE SUR NOS STANDS TOUTE LA JOURNÉE

- Connaissez-vous les activités de nos sections sportives ?
- Savez-vous ce que propose notre pôle Sport-Santé Vitalité ?
- Vous voulez vous former aux métiers du sport et de l'animation ?
- Vous souhaitez rejoindre notre commission des bénévoles ?...

ENFANTS, ADULTES, SEUL, EN FAMILLE, ENTRE AMIS, NOUS VOUS INVITONS À DÉAMBULER SUR LE SITE DE LA GAUTHIÈRE POUR TOUT SAVOIR SUR LE CLUB DE L'ASM ET VOUS DIVERTIR EN PARTICIPANT AUX ATELIERS LUDO-SPORTIFS PROPOSÉS PAR NOS SECTIONS.

QUIZZ DE L'ASM

**Trouvez les réponses sur chaque stand
et récupérez votre cadeau à l'espace boutique.**



Le site de la Gauthière est EXCLUSIVEMENT RÉSERVÉ AUX PIÉTONS durant toute la journée du samedi 25 juin. Le parking relais des pistes est à la disposition des participants et des visiteurs.

09h00 : Ouverture des portes au public et accueil sur les stands

09h30/11h30

Olympiades pour les jeunes asémistes (5-12 ans)

3 activités pour les 5-8 ans :

Épervier (terrain), béret (COSEC), relais (piste)

3 activités pour les 9-12 ans :

Flag (terrain), balle au prisonnier (tennis), relais (piste)

10h30/11h00

Mini-conférence « Préparation mentale » animée par Michel Verger, préparateur mental à l'ASM (salle de basket n°1)

11h30

Tirage de la première tombola*

11h30/12h00

Mini-conférence « Préparation physique » animée par Xavier Allais, préparateur physique à l'ASM (salle de basket n°1)

12h00/12h45

Défilé des sections sur la piste d'athlétisme

14h00/16h30

Olympiades pour les jeunes asémistes (13 ans et +)

3 activités pour les 13-16 ans :

Ultimate (tennis et COSEC), flag (terrain), parcours relais (piste)

3 activités pour les 17 ans et + :

Ultimate (tennis et COSEC), flag (terrain), parcours relais (piste)

14h30/15h00

Mini-conférence « Alimentation » animée par Thibaut Layat, diététicien à l'ASM (salle de basket n°1)

15h30/16h00

Mini-conférence « Multisports » animée par Freddy Maso, directeur de la performance et de l'innovation (salle de basket n°1)

16h30

Tirage de la seconde tombola*

18h00 : Fin des portes ouvertes

*Lots à gagner : un ballon de rugby ASM CLERMONT AUVERGNE dédié par les joueurs, un ballon de rugby ASM dédié par les joueuses de l'ASM Romagnat, des entrées à l'ASM Expérience, des t-shirts collectors Olympiades ASM.



PLAN DES INSTALLATIONS



Jeux Olympiades enfants ASM:

5-8 ans

- 1 Épervier
- 2 Béret
- 3 Relais

9-12 ans

- 4 Flag
- 5 Balle au prisonnier
- 6 Relais

13 ans et +

- 2 5 Ultimate
- 4 Flag
- 3 Parcours relais

