

# AMsports - Cours de roller à l'année

Découvrez l'équipe d'encadrement, le palmarès,  
les news du club et plein d'autres choses sur [www.amsports.fr](http://www.amsports.fr)

## Ecole de patinage baby (3/5 ans) et enfants (6/13 ans)

Groupes d'âges et de niveaux

Apprendre la technique en s'amusant.

lundi	18h00 / 19h00	Skate parc (baby + 6/13)
mardi	17h30 / 18h30	Kennedy (6/13 ans)
mercredi	16h00 / 17h00	Kennedy (6/13 ans)
mercredi	18h00 / 19h00	Skate parc (baby + 6/13)
samedi	10h00 / 11h00	Kennedy (baby + 6/13)
samedi	11h00 / 12h00	Kennedy (baby + 6/13)

## Section LOISIR RANDO (à partir de 14 ans)

Initiation et perfectionnement. Groupes de niveaux.

Tourner, s'arrêter, se propulser, s'amuser...

Pratique en randonnée. Préparation et organisation des sorties.

lundi	19h00 / 20h30	Skate parc
mercredi	19h30 / 21h00	Skate parc
jeudi	19h30 / 21h00	Skate Parc

## Cours en FAMILLE (à partir de 5 ans - enfants et adultes)

Parents et enfants

mardi	18h00 / 19h00	Skate parc
sam.	11h00 / 12h30	Pardé

## Section ROLLER DERBY

### Juniors

Découverte, apprentissage et entraînement  
Participation tournois loisirs et championnats.

sam.	10h00 / 12h00	Boivin
------	---------------	--------

### Adultes

Découverte de la pratique.  
Participation aux évènements et compétitions.

lundi	20h00 / 22h00	Boivin
mercredi	20h30 / 22h00	Masingue
vend.	19h00 / 20h30	Sellenet (muscul.)
sam.	9h45 / 12h15	Carnot (hommes)

## Section ARTISTIQUE *en ligne*

Pour tous à partir de 6 ans  
Pour découvrir les bases du roller artistique en roller en ligne.  
Appuis, maintien. Les premières figures.  
Exercices ludiques.  
Cours mixte, messieurs et garçons bienvenus !

merc.	12h00 / 13h30	Sellenet
sam.	8h30 / 9h45	Pardé (2e année)
sam.	9h45 / 11h00	Pardé (1e année)

## Section COURSE

### Jeunes

A partir de 6 ans et selon le niveau.  
Participation championnats régionaux et nationaux.  
Entraînements en extérieur selon les conditions.

lundi	17h30 / 18h30	Kennedy (découv.)
merc.	16h30 / 18h00	Halle CREPS
vend.	18h00 / 19h30	Halle CREPS

### Adultes

A partir des cadets et selon le niveau.  
Marathons, 6h, 24h, champs indoor et outdoor.  
Préparation tactique, technique et physique.  
Préparation collective et/ou personnalisée.  
Entraînements en extérieur selon les conditions.

lundi	18h30 / 20h00	Bourroches
merc.	18h00 / 19h30	Halle CREPS
vend.	18h00 / 19h30	PPG / Vitesse
sam.	14h00 / 16h00	Sortie (selon prog.)

## Section FREESTYLE

### Jeunes (débutants et confirmés)

A partir de 8 ans, groupes selon le niveau.  
Au Dijon Skate parc, pour sauter, glisser, tourner...

merc.	18h00 / 19h00	Skate parc
vend.	18h00 / 19h00	Skate parc (débutants)
sam.	18h00 / 19h00	Skate parc

### Elites

Participation aux championnats et contests  
Sessions intérieurs et extérieurs

merc.	19h00 / 21h00	Skate parc
jeudi.	19h30 / 21h00	Skate parc
vend.	19h00 / 20h30	Sellenet (muscul.)

### Freestyle

Hauteur pure et Skate Cross  
A partir de 8 ans et selon le niveau

mardi	19h00 / 21h00	Skate Parc (saut)
jeudi.	18h / 19h30	Skate Parc (skate cross)

## Section HOCKEY

### Jeunes

Découverte, apprentissage et entraînement  
Participation tournois loisirs et championnats.

merc.	17h00 / 19h00	Kennedy
samedi	8h30 / 10h00	Kennedy

### Adultes

Jeux juste pour le fun ou entraînements spécifiques  
Participation aux tournois loisirs, N4 et N3

mardi	19h00 / 20h30	Kennedy (Equipe 1)
mardi	20h30 / 22h30	Kennedy (Equipe 2)
vend.	19h00 / 20h30	Sellenet (muscul.)
samedi	17h30 / 19h00	Kennedy (loisir)



## Réservez vos stages vacances

De 3 à 77 ans, à chacun son stage !

## Toussaint - Hiver - Printemps - Eté