

*Samedi 23 mars 2024*

**Livret  
d'Accueil**

**PORTE  
OUVERTE**

# Bienvenue !



Le COC Sport Adapté permet d'évoluer, de se développer, le tout dans une ambiance conviviale. Nous vous convions le samedi 23 mars 2024, à découvrir plus en détail le programme du COC Sport Adapté.

Ces portes ouvertes sont destinées aux personnes présentant des troubles cognitifs tels que l'autisme, la trisomie 21, etc. Les accompagnateurs, qu'ils soient membres de la famille ou éducateurs spécialisés (IME, foyer, etc.) sont les bienvenus.

Coc Sport Adapté

# INTRODUCTION



Le sport représente bien plus qu'une simple activité physique, il favorise l'intégration sociale, le développement de la confiance en soi et devrait être accessible à tous, sans exception. Le COC Sport Adapté par ses ateliers sportifs permet à chacun, quel que soit son handicap ou ses limitations, de progresser et de s'épanouir dans un environnement inclusif. En favorisant l'évolution et le développement individuel, ces initiatives contribuent à créer un climat de convivialité où chacun peut s'épanouir pleinement.



**10 ANS D'EXPÉRIENCE**  
**7H DE PRATIQUE**  
**HEBDOMADAIRE**

**7 SPORTS**  
**5 ÉDUCATEURS**  
**DIPLÔMÉS**

**3 À 4 SORTIES**  
**ATTRACTIVES**  
**ET CONVIVIALES**

# Planification des **ACTIVITÉS**

**DÉBUT** | A PARTIR DE **10H**

<b>GRANDE SALLE</b>	<b>10H-11H</b> : Basket-ball / Badminton <b>11H-12H</b> : Tennis / Volley-ball <b>15H-17H</b> : Match de basket S.A.
<b>SALLE POLYVALENTE</b>	<b>10H-11H</b> : Expression corporelle <b>11H-12H</b> : Judo <b>13H-14H</b> : Tennis de table
<b>EXTÉRIEUR</b>	<b>14H-15H</b> : Volley-ball

**FIN**

JUSQU'À  
**17H**



# À table RESTAURATION



**CLUB SANDWICH 2€**

thon ou poulet

---



**CRÊPE 1€**

sucre, confiture et pâte à tartiner

---



**CUPCAKE 2€**

citron, framboise, poire et marbré

---



**JUS 1€**

jus d'orange pressé  
jus de pomme

---



**THÉ 1€**

Nous vous proposons plusieurs variétés de boissons,  
chaudes ou froides, allant jusqu'à 1€.

Vous trouverez également plusieurs encas salés ou sucrés,  
entre 1€ et 2€.





# Fin de **JOURNÉE**

De 15h à 17h, venez nombreux assister au match de championnat IDF du COC Basket S.A. qui se déroulera dans la Grande Salle à partir de 15h.

Pendant la mi-temps, nos adhérents loisirs du Sport Adapté vous proposeront une animation Danse.

Nous espérons que vous passerez une agréable journée à nos côtés.

# CONTACT

📍 Complexe sportif Joséane Adélaïde,  
01 64 97 86 11

☎ 01 75 66 04 36

✉ [contact.cocsportadapte@gmail.com](mailto:contact.cocsportadapte@gmail.com)

🌐 [www.club-omnisports-courcouronnes.com](http://www.club-omnisports-courcouronnes.com)

📘 Coc Sport Adapté

📷 [coc\\_sportadapte](https://www.instagram.com/coc_sportadapte)



## INSCRIPTION

Si vous souhaitez participer à la Porte Ouverte du Sport Adapté, merci de flasher le QR Code pour vous inscrire.