



# PARIS UNIVERSITE CLUB

*l'Esprit Sports*




# ESPORT'S

11-17 ans

2019-2020



[www.puc.paris/esports](http://www.puc.paris/esports)

 PUC - Paris Université Club

 puc.paris

## Nouvelle section au PUC

---

### **La première activité associant pratique du jeu vidéo et sport !**

Tu as entre **11 et 14 ans**, tu aimes le sport et le jeu vidéo ? Le Esport's est fait pour toi !

**1h30 de jeux vidéo** encadrée par un **coach Esport** qui te fera progresser sur tes jeux PS4 et d'ordinateur favoris (Fifa, Fortnite, rocket league.. ) suivies d'**1h30 d'activité sportive**, accessible à tous, à choisir parmi un large panel de sports (voir tableau). Attention ! nombre de place limité par activité !

Soit **3h d'activité par semaine**, tous les mercredis et/ou samedis après-midi.

Tu as entre **15 et 17 ans**, une séance hebdomadaire d'Esport t'est également dédiée les mercredis et samedis afin que tu puisses te perfectionner grâce aux conseils techniques des coachs Esport.

## Le Esport'S au PUC

---

### **Pour une pratique de jeu saine et responsable !**

Le PUC Esport'S propose un **cadre de jeu sain, responsable, encadré** par des coach Esport, **favorisant l'interaction** avec d'autres enfants, et associé à une **pratique sportive obligatoire**.

La pratique massive du jeux vidéo aujourd'hui contribuent à augmenter les risques liés à la sédentarité chez les enfants. Face à ce constat, **nous avons** décidé d'allier **jeu vidéo et sport** afin de sensibiliser les plus jeunes aux **bienfaits d'une pratique régulière d'activités physiques et sportives**.

**Transmission des valeurs** communément attachées au sport : de fair play, de partage, d'esprit d'équipe, de respect, d'apprentissage...

**Sensibilisation** hebdomadaire des enfants sur la pratique « responsable » du jeux vidéo (**mise en garde** contre son usage excessif, alerter sur la **classification par âge** et le contenu des jeux, se prémunir de l'apparition de troubles psychotiques, prévenir la dépendance...)

Sensibiliser aussi sur les **bienfaits et vertus** des jeux vidéos et comprendre pourquoi ils sont plus **instructifs et bénéfiques** physiologiquement et psychologiquement que l'on ne peut l'imaginer.

## Planning et lieux d'entraînements

Age	Activités	Horaires		Lieux
11 - 14 ans	<b>1 créneau Esport</b>			
	<b>Esport</b>	Mercredi 13h30 - 15h 15h - 16h30	Samedi 13h - 14h30 14h30 - 16h	Charléty (Salle Esport)
	<b>+ 1 créneau d'activité sportive au choix parmi :</b>			
	<b>Athlétisme</b> (Loisir)	Mercredi 16h30 - 18h30	Dimanche 10h30 - 12h30	Charléty (Piste du terrain d'honneur)
	<b>Basket-Ball</b> (Loisir)	Mercredi 11 ans : 18h - 19h30 12 - 14 ans : 16h - 17h30		Gymnase : Kellermann Thomas Mann
	<b>Echecs</b>	Mercredi 13h - 14h30		Charléty (Salle des Clubs)
	<b>Escrime</b>	Mercredi 11 - 14 ans 16h30 - 18h	Samedi 11 - 12 ans 11h - 12h	Cité U (Espace Sud)
	<b>Floorball</b>	Dimanche 14h - 16h		Cité U (gymnase Arts et métiers)
	<b>Football</b> (Loisir)	Mercredi 11 - 13 ans : 13h - 14h30 14 ans : 17h - 19h30 (sous conditions du niveau de jeu)		Cité U (Stade Dalmasso)
	<b>Handball</b> (Loisir)	11 ans Mercredi 14h30 - 16h	11 ans Samedi 11h - 12h	Gymnase Jean Prevost
		12 - 14 ans Mercredi 16h30 - 18h		
	<b>Judo</b>	Mercredi 11 - 14 ans 17h - 18h30	Samedi 11 - 12 ans 13h - 14h30	Mercredi : Charléty (Dojo) Samedi : Cité U (Dojo)
	<b>Multisports</b>	Mercredi 16h30 - 18h ( <b>A partir de Novembre</b> ) (voir secrétariat pour solution de remplacement d'ici là)		Gymnase Kellermann ou Arts et métiers (Cité U)
	<b>Rugby</b>	Mercredi 11 - 12 ans : 17h - 18h30 13 - 14 ans : 18h30 - 20h		Cité U (Stade Ouest)
	<b>OU programme "sport à la carte"</b>			
	choix de 3 activités ( <u>hors sports collectifs</u> ) Cycles de trois mois par activité (septembre-décembre / janvier-Mars / avril-Juin)			
15 - 17 ans	<b>1 créneau Esport</b>			
	<b>Esport</b>	Mercredi 16h30 - 18h	Samedi 16h - 17h30	Charléty (Salle Esport)



## INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

---

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 1 photo d'identité.
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique du sport** datant de moins de 3 mois.
- Le règlement intégral de votre cotisation (possibilité de régler en 3 chèques)

**Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les parisiens.**

## TARIFS

---

11-14 ans : **500 €** (comprenant 1h30 de Esport + 1h30 de sport / semaine)

15-17 ans : **300 €** (comprenant 1h30 de Esport / semaine)

## CONTACT

---

### PARIS UNIVERSITE CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin  
75 013 Paris  
01 44 16 62 62  
accueil@puc.asso.fr  
www.puc.paris

### Section Esport's

Anthony Boussageon  
a.boussageon@puc.asso.fr  
01 44 16 62 95

 PUC-Paris Université Club  PUC\_1906  puc.paris  Paris université club

## ACCES

---

### STADE CHARLETY

RER B : Cité Universitaire  
Tram 3 : Stade Charléty  
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

### CITE UNIVERSITAIRE

RER B et Tram T3 : Cité Universitaire  
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly



Essentiel pour moi

