

"SANTE PING TOUR PACA"

en famille, entre amis

Présentation

Objectifs :

Sensibiliser aux bienfaits du Ping pour la Santé

Promouvoir le Ping associé à la remise ou le maintien de la forme

Sensibiliser les cadres techniques à la méthode Ping Santé Paca

Créer l'évènement directement dans le club et faciliter les échanges entre dirigeants à travers un projet commun.

Public ciblé :

Les licenciés

Leur famille

Leurs amis

Les sédentaires souhaitant reprendre une activité physique (ludique et conviviale)

Les patients atteints de pathologies

Contenu :

• Des ateliers de jeux de Ping sur différents univers :

Ping santé

Baby Ping

Free Ping

• l'univers Ping Santé comprend :

Accueil / données biométriques (IMC) , FCR

Mini Quizz Nutrition et Sédentarité Activité Physique

Tests d'évaluation de la condition physique (souplesse - force - équilibre - endurance)

Tests d'évaluation de l'habileté pongiste (dosage - force - précision - mobilité - réflexes)

Méthode Ping Santé Paca

Les participants effectuent ensemble (licencié, famille, amis) un parcours d'évaluation sur l'univers PING SANTE .

NB

Chaque participant à une feuille de route individuelle sur laquelle est validée sa participation ainsi que les résultats aux divers ateliers sport santé.

Une évaluation sommaire sera remise sur place pendant les évaluations

A la fin de la soirée, le club d'accueil propose un buffet convivial de clôture.

Lieu :

De préférence sur le lieu d'entraînement habituel ou dans un grand gymnase selon les effectifs envisagés.

Quand :

Un soir de la semaine à la place d'un entraînement, de préférence le vendredi de 17h30 à 20h30.

Ne rien prévoir d'autre sur cette soirée (annuler les entraînements habituels).

"SANTÉ PING TOUR PACA"

en famille, entre amis

Cahier des charges :

Le club :

Réservation des installations

Mobilisation des adhérents, de leurs familles, de leurs amis

Organisation du buffet de clôture (possibilité de demander aux adhérents d'apporter plats et desserts)

Mise à disposition d'éducateurs et/ou de bénévoles pour les différents ateliers (6 à 8 personnes)

Mise à disposition du matériel suivant :

1 sono

Tables de ping

Séparations de ping

Divers: Tables, chaises (accueil, atelier santé, repos du public, ...)

La ligue PACA :

Coordination générale

Conception d'une affiche A3

Conception d'un flyer d'invitation avec coupon réponses de participation pour les adhérents

Conception et édition des "feuilles de route"

Prise en charge de certains éducateurs si nécessaire : 2 personnes

Prise en charge de la mise en place des ateliers d'évaluation "Forme & Ping"

Prise en charge de la (l'in)formation des bénévoles (protocole des tests d'évaluation)

Mise à disposition du matériel suivant :

Matériel Ping Santé

Matériel Free Ping

Matériel baby Ping

"SANTE PING TOUR PACA"

en famille, entre amis

Dossier de candidature accueil d'une étape

Nom du club :

Dates choisies possibles : (entre le 01/12/2015 et le 30/06/2016)

Choix n°1 :

Choix n°2 :

Choix n°3 :

Installation sportive d'accueil :

Nom de l'interlocuteur/référent responsable (organisateur) de la candidature :

coordonnées : Nom, Prénom:

Tél:

Mail :@.....

Date limite de retour de candidature à Ligue PACA TT - **2 mois avant** la date de l'étape

LIGUE PACA DE TENNIS DE TABLE

22 rue Joseph Thoret – ZI Le Tubé Nord – 13800 ISTRES

Tél. 04 42 43 08 12 - ligue@tennisdetablepaca.fr