

boost!  
&  
moi



**Allez les petits !**  
Et les grands aussi



**Pratiquer un sport collectif c'est bouger en s'amusant, et apprendre le respect et la vie en communauté. L'idéal est de commencer dès le plus jeune âge...**

Football, rugby, handball, volley... idéal pour **muscler vos chères petites têtes blondes !**

Prix de l'effort, acceptation de l'échec, maîtrise de soi, respect des règles et sens de la solidarité en sont des valeurs phares ! C'est aussi l'occasion de se faire de nouveaux copains - coéquipiers - avec qui, soudés envers et contre tout, ils iront chercher la victoire coûte que coûte !

**Ces activités sont excellentes pour les enfants mais aussi pour les parents !**

Quoi de mieux qu'un match de foot le dimanche entre potes ? Mesdames, réjouissez-vous car cela améliore les rythmes cardiaque et respiratoire de vos chers et tendres, et les rendent de bonne humeur.

Notez que si vous voulez éviter la terre et les tâches d'herbe, vous pouvez opter pour le basket, le hand-ball, le volley... et même le foot se pratique en salle !

**ET POURQUOI PAS UNE PARTIE DE FOOT ENTRE FILLES !**

# Sports-co