



NEWSLETTER

COMITÉ DÉPARTEMENTAL SPORT ADAPTÉ DE L'HÉRAULT

SPORT ADAPTÉ ADULTES

PAGE 2 À 3



SPORT ADAPTÉ JEUNES

PAGE 4

VIE DU COMITÉ

PAGE 5 À 6





SPORT ADAPTÉ ADULTES

INTER-MAS

Le **mardi 14 octobre**, la MAS Camille Claudel de Clermont-l'Hérault a accueilli la première journée Inter-MAS de la saison, organisée en partenariat avec le CDSA 34 et Hérault Sport sur le thème « La MAS s'emballe ».

Au programme : éveil musculaire, jeux en bois, boccia, parcours sensori-moteur, bal musical et balançoire.



CONSEIL PARTICIPATIF DES SPORTIF.VES

Le **lundi 27 octobre**, 21 sportifs et sportives se sont réunis à Colombiers, accueillies par le club Ensérune FC, pour le premier Conseil Participatif des Sportifs de la saison.

Au programme : présentation des associations présentes, retours sur les formations, actualités, événements, et présentation des différents rôles des licenciés au sein du Sport Adapté.



STAGE MA FÉDÉ, MA PLACE

Les **23 et 24 octobre**, 5 licenciés et licenciées de l'Hérault ont participé au Stage "Ma fédé, Ma place" organisé par la Ligue du Sport Adapté de l'Occitanie.

Au programme : temps d'échanges, interviews et mises en situations propices au développement personnel des licenciés.





SPORT ADAPTÉ ADULTES

RANDONNÉE

Organisée par le CDSA 34 le **samedi 25 octobre**, la randonnée à Béziers aux côtés d'Anna et Sandrine a rencontré un vif succès. Le parcours, entre canal et ville, a permis à chacun de profiter pleinement du cadre naturel et du patrimoine local.



TOURNOI PADEL

Le **jeudi 16 octobre**, un tournoi de padel intra-service s'est tenu au Tennis Club de Marseillan. L'événement, porté par le CDJ d'Agde en collaboration avec le CDSA 34 et Hérault Sport, a rassemblé de nombreux participants et participantes dans une ambiance conviviale et sportive.



CHALLENGE BIATHLON

Le **jeudi 6 novembre**, s'est déroulé la journée Biathlon à Viols-Le-Fort, avec 45 participants et participantes.

Après une matinée de découverte d'activités sportives (soft arc, tir laser, boccia, sarbacane), les participants ont participé à un challenge biathlon combinant parcours moteur et tir.





SPORT ADAPTÉ JEUNES

STAGE "SAVOIR ROULER À VÉLO"

Du **20 au 24 octobre**, les jeunes du CMEE Fontcaude ont eu l'opportunité de participer au stage "Savoir Rouler À Vélo". Tout au long de la semaine, ils ont pu développer leurs compétences autour de la maniabilité du vélo, de l'apprentissage de la signalétique, ainsi que de la conduite en solo et en groupe. Prochaine semaine de stage en février.



SAJ PARA LUTTE ADAPTÉE

Le **mercredi 26 novembre**, le CDSA 34 et le Centre Olympique Balarucois ont organisé la SAJ Para-Lutte Adaptée en partenariat avec Hérault Sport. Plus de 100 jeunes ont participé à cette journée, issus de l'Hérault, des Pyrénées-Orientales et de l'Aude.

Un grand merci au Centre Olympique Balarucois pour la gestion de cette journée sportive et à son engagement dans le sport adapté.





VIE DU CDSA

ÉQUIPE TECHNIQUE RÉGIONALE

Le CDSA 34 a participé à l'Équipe Technique Régionale (ETR) les **2 et 3 octobre** à Leucate.



Ces deux journées ont été marquées par des échanges riches, un travail collaboratif dynamique et une réflexion collective autour du développement du Sport Adapté en Occitanie.

Au programme : actualités et calendrier sportif, organisation et dynamique régionale, élaboration de projets territoriaux en lien avec le projet fédéral, méthodologie d'appropriation des règlements sportifs, ainsi que prévention des violences sexistes et sexuelles

FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE



Les **21 et 22 octobre**, le CDSA 34 a participé à la formation PSSM à Balma, proposée et animée par Formalud, association accréditée par PSSM France.

Deux jours de formation riches en échanges et en apprentissages !



VIE DU CDSA

LE CDSA 34 FÊTE SES 40 ANS



Le **jeudi 25 septembre**, le Comité Départemental de Sport Adapté de l'Hérault a clôturé cette année d'anniversaire par une belle soirée conviviale à la salle de réceptions du Château de Grammont, à Montpellier.



Une soirée placée sous le signe de la bonne humeur et de la convivialité, à l'image de 40 ans d'engagement en faveur du sport adapté dans l'Hérault !

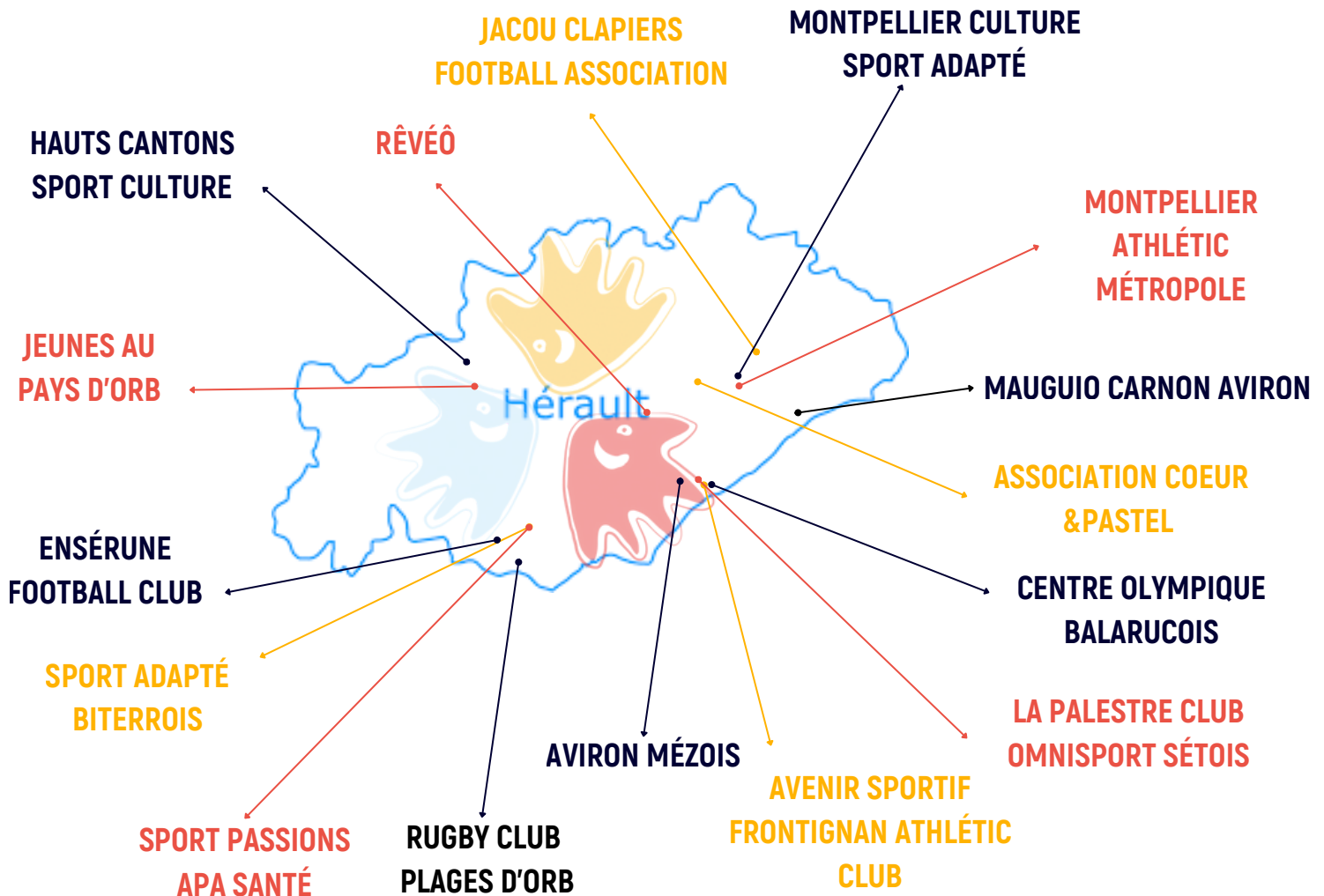


Licenciés, licenciées, clubs et partenaires se sont retrouvés pour partager un moment festif et sportif autour d'animations ludiques proposées par Hérault Sport, d'un apéritif sportif et de temps musicaux entraînants.





Où pratiquer le Sport Adapté dans l'Hérault ? Clubs affiliés à la FFSA dans l'Hérault





FLASH CLUB



Cette rubrique est dédiée aux **clubs affiliés** !

Pour apparaître sur cette rubrique, vous pouvez nous envoyer **une présentation de votre club, vos actions, vos événements, vos actualités...**