

## PETANQUE

### Intérêt et description de l'activité

#### Intérêt :

La pétanque est l'un des divertissements les plus courants et les plus accessibles. Sa première fonction est de rassembler et de passer un bon moment avec d'autres personnes quels que soient l'âge, la condition physique et le milieu social. Ce jeu n'est pas clivant car d'une grande simplicité (apparente) et sans besoin d'une force particulière, d'où une forte mixité.

Pour des seniors, les bienfaits qu'elle apporte sont multiples, à la fois pour le corps : adresse, coordination des mouvements, équilibre, mobilité

pour l'esprit : concentration, mémoire, stratégie , maîtrise de soi, esprit d'équipe

Les séances des mardi et vendredi sont réservées aux adhérents ayant déjà une pratique du jeu ainsi qu'une connaissance des règles.

Pour les **adhérents débutants** (ou ayant très peu joué) **l'activité requiert un temps d'apprentissage** qui est proposé le mardi après-midi et qui nécessite une inscription particulière auprès du Club.

#### Description :

L'activité est encadrée par des animateurs titulaires d'un diplôme fédéral. Pour participer, il est nécessaire de s'inscrire au préalable sur le site internet du club. **Les parties démarrent à 14 heures précises et se terminent à 16h30.** Les adhérents inscrits sont tenus de respecter ces horaires, comme pour tout autre activité proposée par le Club. Les joueurs qui le souhaitent sont autorisés à rester sur le terrain après 16h30 et pratiquent sous leur seule responsabilité.

Les équipes sont la plupart du temps constituées par tirage au sort sauf en cas de concours amical ou de rencontres avec d'autres clubs.

### Tenue et équipements nécessaires

Boules de pétanque personnelles.