

AU BMSA, l'athlé est un sport individuel que l'on pratique en équipe

votre absence en compétition **vous pénalise** (pas de repère pour la progression), et **pénalise vos ami(e)s** qui ne peuvent participer aux relais s'ils ne sont pas assez nombreux ou composer une équipe lors des épreuves collectives

De la participation de tous dépend la réussite du groupe.

Etre adhérent, c'est participer

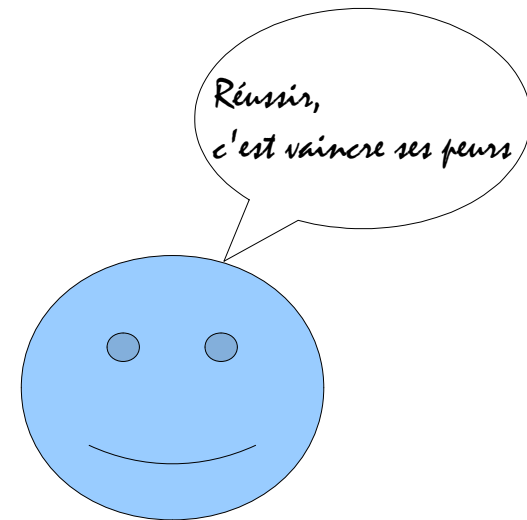
POURQUOI PASSER DE L'ENTRAINEMENT A LA COMPETITION ?

La compétition c'est

- accéder à l'autonomie et acquérir la confiance en soi
- rencontrer les autres
- se confronter aux autres dans un bon esprit
- relever les défis
- apprendre à ne pas baisser les bras dans la difficulté
- apprendre à affronter la difficulté avec détermination, le goût de l'effort
- apprendre à se surpasser, faire tomber les barrières psychologiques
- se remettre en question
- ...Le fruit d'un travail

La compétition c'est apprendre

L'adversaire est l'ami qui nous fait progresser



Demain... en milieu professionnel

être capable de travailler en équipe

être motivé

être combatif

être performant parce qu'habitué à relever les challenges

être force d'initiative

sportif, un plus dans votre curriculum vitae, un plus pour l'employeur

La **F**EDERATION **S**PORTIVE ET **G**YMNIQUE DU **T**RAVAIL (FSGT)

participe au développement du sport pour tous à finalité éducative. Elle développe des valeurs tel l'échange, la responsabilité partagée, la solidarité.

La compétition revêt plusieurs formes, chacun trouve la sienne en fonction de sa motivation personnelle et des qualités sportives :

L'athlétisme d'épreuve : se confronter à un défi pour reculer ses limites

L'athlétisme de performance : améliorer sa propre performance

L'athlétisme de compétition : faire mieux que ses adversaires avec un but compétitif

La compétition c'est bien sûr donner le meilleur de soi mais c'est avant tout se faire plaisir

Ce qui est essentiel

c'est que le sport soit facteur de développement individuel et collectif qui aide à être bien dans sa tête et dans son corps ; générateur de santé, il sort de l'isolement, favorise l'échange et la communication.

VOS ENTRAINEURS ONT SELECTIONNE UN NOMBRE LIMITE DE COMPETITIONS AFIN QUE VOUS PUISSIEZ CONCILIER PRATIQUE SPORTIVE ET OBLIGATIONS DIVERSES (TRAVAIL SCOLAIRE, VIE FAMILIALE, SORTIES). CONSULTEZ REGULIEREMENT LE TABLEAU AINSI QUE LE CALENDRIER QUI VOUS A ETE REMIS EN DEBUT DE SAISON AFIN DE RESERVER VOS WEEK-END DE COMPETITIONS.

POUR VOS ENTRAINEURS, DES HEURES VOIR DES SEMAINES D'INVESTISSEMENT POUR PREPARER CHAQUE ECHEANCE