

CDOS  
ALPES-MARITIMES

LE SPORT EST DANS LE PRÉ

Par le Comité Départemental Olympique et Sportif des Alpes-Maritimes

« Le mariage entre le Sport et la Ruralité »



CDOS  
ALPES-MARITIMES

# Le Sport est dans le Pré

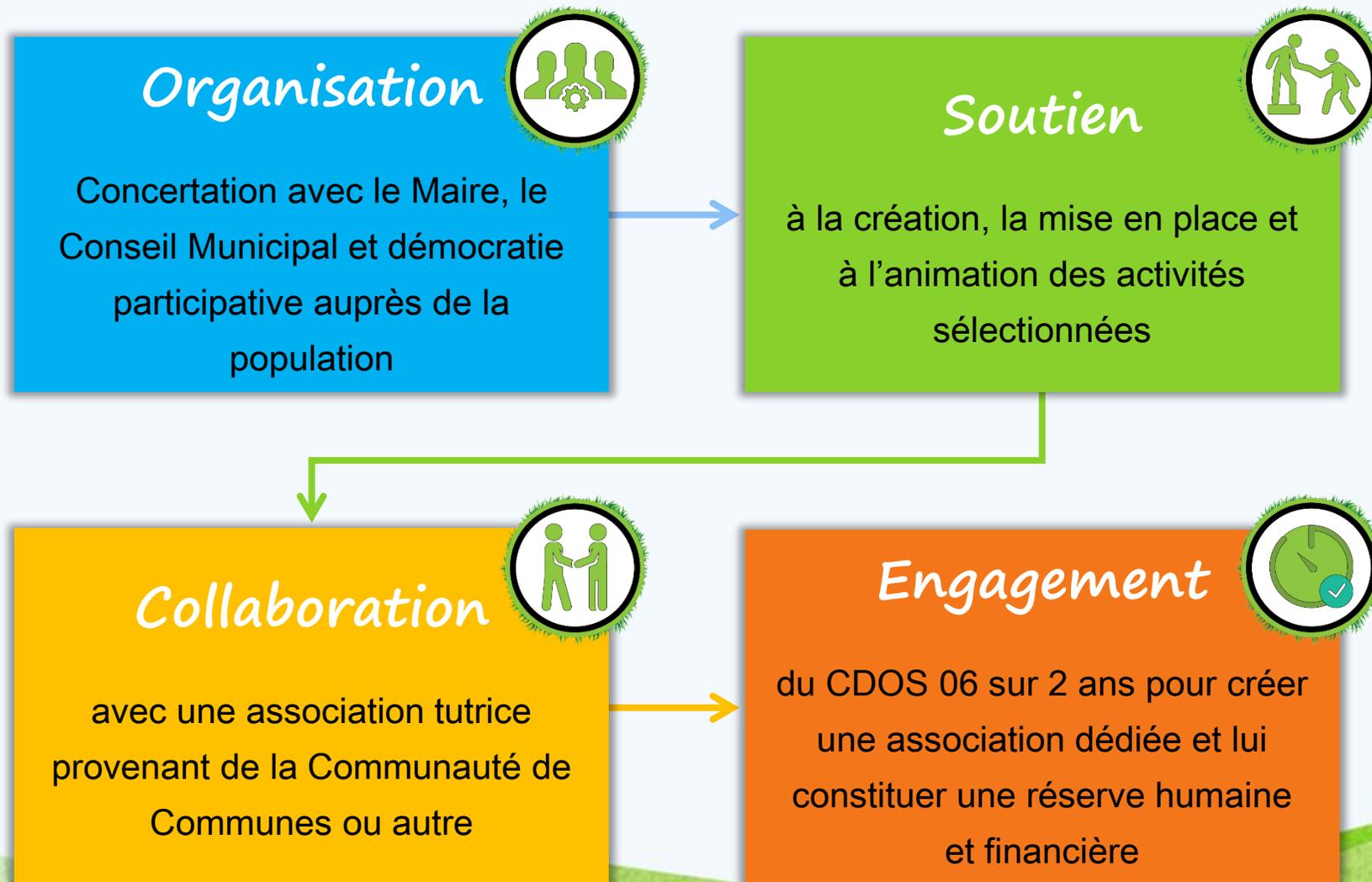
## Sa cible

- Les communes qui ont :
  - 100 à 500 habitants
  - Pas d'association sportive

## Ses objectifs

- Valoriser le Sport/Santé en générant de l'animation au service des habitants
- Permettre l'accès à une ou plusieurs activités sportives pour toutes les générations
- Créer un parcours Sport/Nature multigénérationnel au travers du Disc-Golf

# Par quels moyens ?





# Organisation



## Etape 1

Proposition de communes par le CDOS 06 en relation avec le Département 06 et l'association des Maires Ruraux



## Etape 2

**Audit** réalisé par le CDOS 06 sur les possibilités d'implantation de sport(s) dans la commune choisie



## Etape 3

**Concertation** avec le Maire et le Conseil Municipal



## Etape 6

Installation d'un parcours Sport/Santé multigénérationnel



## Etape 5

Choix du/des sport(s) selon les résultats des étapes 3 et 4 puis mise en œuvre



## Etape 4

**Décision participative** en organisant une consultation publique avec les habitants de la commune



# Soutien



Mise à disposition de l'**expertise** du CDOS 06 en terme de logistique et d'organisation du sport

Mise en place d'au moins 1 animation **pour les anciens** et 1 animation **pour les jeunes et les familles** et gestion des besoins humains

Trouver **des fonds** aux moyens de : Département 06, Fondations, Crowdfunding, Association des Maires Ruraux, Structures privées...



# Collaboration



**Création et développement** des activités au sein d'une association locale (ex : comité des fêtes) ou d'un club de la Communauté de Communes affilié au comité départemental du sport choisi et en proche relation avec le CDOS 06

**Mutualisation** des ressources humaines (dirigeants, éducateurs...) entre l'association tutrice et la commune selon les modalités étudiées avec le CDOS 06



# Engagement



## 2 ans de suivi par le CDOS 06

Etude, préparation  
et mise en œuvre  
d'une **stratégie de  
développement**

Prise en charge  
de la **formation**  
des personnes  
ressources

Création d'une  
**association  
dédiée**

Constitution d'une  
**réserve humaine  
et financière**

Elaboration et  
installation d'un  
**parcours de  
Disc-Golf** avec le  
Comité Régional  
PACA du Sport en  
Milieu Rural

# Installation d'un parcours Sport/Nature multigénérationnel

## Disc Golf

Voiron

Bienvenue

### But du jeu

Le Disc Golf se joue comme le Golf, mais au lieu de lancer une balle à l'aide d'un club, le disc-golfeur lance un disque (ou «Frisbee») à la main, en direction d'une corbeille.

Faire entrer le disque dans la corbeille métallique en un minimum de lancers. Compter le nombre de lancers sur tout le parcours et réaliser le plus petit score.

### Déroulement

Lancer le disque vers la corbeille. Relancer à partir du point de retombée. Recommencer autant de fois que nécessaire jusqu'à atteindre la corbeille (taper les chaînes pour que le disque tombe dans la nacelle). Relever le score sur chaque trou et faire le cumul.

### Jouer en groupe

Il est conseillé de jouer à 4 personnes maximum par corbeille. Le premier joueur lance son disque en direction de la corbeille puis recule et laisse la place au joueur suivant. Quand tout le monde a lancé son disque, le groupe avance et laisse rejouer celui qui est le plus loin de la corbeille. Les autres attendent en arrière (par sécurité).

### Pénalités

Si le disque tombe en zone «OB» (Hors limites) le joueur doit compter un point en plus sur le score du trou.

### Bon à savoir

Le Disc Golf est aussi une activité compétitive organisée de l'échelon départemental à international (Open, Critériums, National Tour, Championnats de France, d'Europe, du Monde...). N'hésitez pas à rejoindre un club de la région pour vous perfectionner!

### + d'infos

FOYER RURAL ALLAN  
Tel : 04 75 90 51 98  
foyer.allan@wanadoo.fr

COMITÉ SPORT EN MILIEU RURAL RHÔNE-ALPES  
comsrm@gmail.com 04 26 64 11 10  
www.fnsmr.org / www.disc-golf.fr

Bon vol!



Le Disc-Golf est une activité principalement développée en milieu rural.

Inspiré du golf, le trou est remplacé par une panier et la balle par un frisbee. Ce qui en fait un sport praticable partout, et par tout le monde.

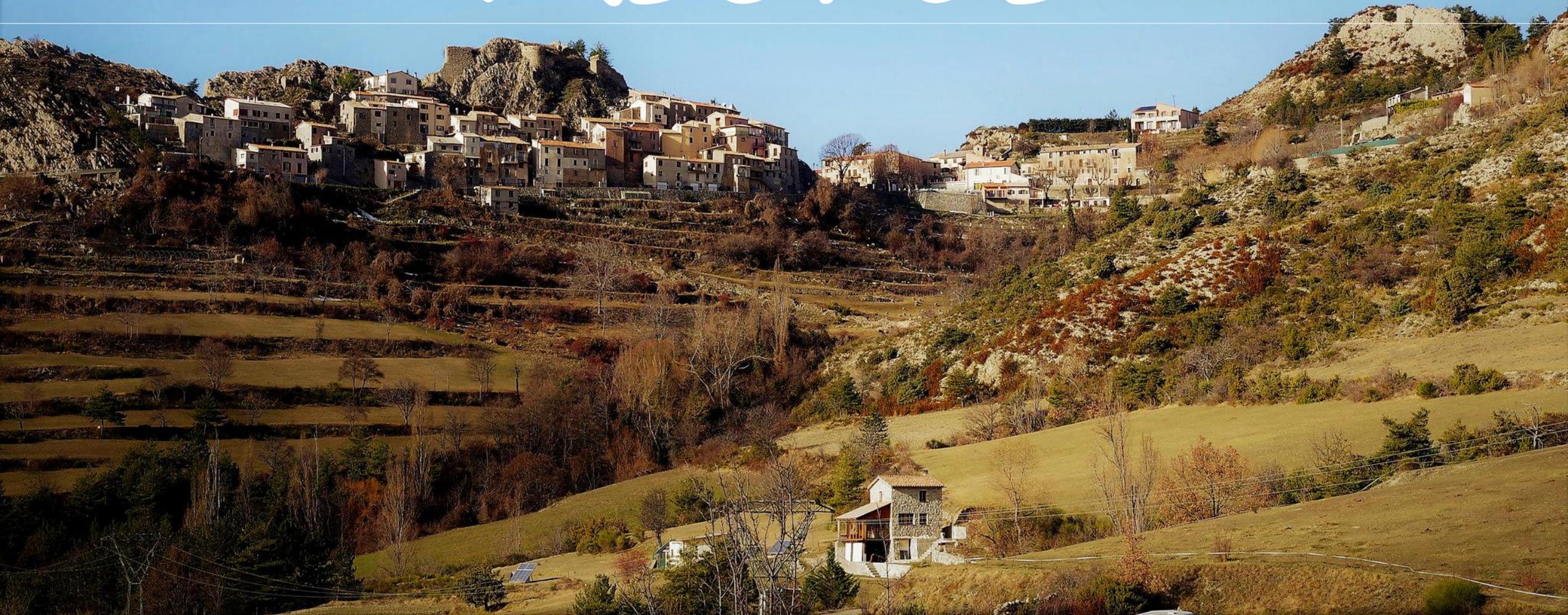
En collaboration avec le Comité Régional du Sport en Milieu Rural, spécialiste de la discipline, le CDOS 06 fera installer un parcours de 6 trous dans chacunes des communes partenaires de l'action.



Exemple d'implantation au CREPS de Voiron

COMMUNE PILOTE

# Ascros



# Actions réalisées



## Installations sportives

- Financement de 2 paniers de basket par le CD 06 Basketball
- Installation du matériel dans la cours de l'école

# Action réalisée



- Terrain de mini basket dans la cour de l'école

# Actions réalisées



## Installations sportives

- Audit pour la réhabilitation d'un terrain de pétanque

# Actions réalisées



## Installations sportives

- Visite et chiffrage pour l'installation d'un parcours de disc-golf



# Actions réalisées



## Travaux

- Applanissement et bétonnage d'un espace pour implantation d'un chapiteau

# Action à venir



## Travaux

- Implantation par la commune d'un chapiteau (courant décembre)

# Actions réalisées



## Séances de reprise de l'APS & Programme PAS

- Octobre 2017 : début des séances pour séniors par Mélanie Aspe
- Participation à un programme Prévention Active Sénir (PAS) de 3 mois

# Actions réalisées



Séances de prévention et de réduction de la perte d'autonomie

- Depuis octobre 2017

# Actions réalisées



## Animations

- Basket dans les Vallées amené par le club de basket-ball de Puget-Théniers

# Actions réalisées



## Animations

- Tournée estivale de la Caravane du Sport le 11 août 2018



# Actions réalisées



## Animations

- Caravane du Sport : un bus affrété par le CDOS 06 en collaboration avec le Secours Populaire Français





et la commune d'Ascros

soutiennent



**CDOS**  
ALPES-MARITIMES

