



**Cours facultatifs 2023/24 au CO de Sarine Ouest, 1<sup>er</sup> semestre  
MONTS POTENTIEL**

Chers parents,

Votre enfant souhaite s'inscrire au cours facultatif **MONTS POTENTIEL**, qui aura lieu **le mardi, de 16h à 16h50** dans la salle de sport du CO. L'activité débute **le mardi 3 octobre 2023** et a lieu **jusqu'au 16 janvier 2024**.

Pour information, voici le descriptif du cours :

*Cours facultatif MONTS POTENTIEL pour être plus fort, plus adroit, plus attentif...en dépensant moins d'énergie. Vivre la réussite plus simplement.*

**ETRE FIER DE TOI, BIEN DANS TON CORPS, BIEN DANS TA TÊTE.**

EXPLORE TA NATURE, apprends à te connaître, progresse pas à pas et avance au-delà des résistances.

Les méthodes enseignées sont ANIMAL FLOW®, BAVX®, RMT®, slackline, jonglage, speedstacks.



A travers cette vidéo  , tu vas en savoir plus sur ce cours unique.

Nous insistons sur le fait que les élèves inscrits sont tenus de suivre l'intégralité du cours, de même qu'ils doivent avoir un comportement correct durant celui-ci.

En vous remerciant pour votre collaboration, nous restons à votre disposition pour toute question et nous vous adressons nos plus cordiales salutations.

Damien Porchet

-----  
Nom, prénom, classe : \_\_\_\_\_

Par la présente signature, nous autorisons notre enfant à participer au cours facultatif Monts Potentiels.

Signature d'un parent : \_\_\_\_\_

Coupon à remettre dans le casier de M. Porchet au plus tard le vendredi 22 septembre 2023.