



## PROGRAMME SOCCER MAMAN ÉTÉ 2019

L'Association de Soccer de Mascouche est fière de vous présenter son nouveau programme *Soccer Maman*.

De nos jours la vie trépidante des parents est une course folle entre le travail, l'école et les activités des enfants. Peu de temps sont accordés aux parents et encore moins aux mamans pour être physiquement active. À cet effet, l'Association de soccer de Mascouche va mettre en place, dès cette année, le programme *Soccer Maman*.

Il s'agit d'un programme unique qui permettra à toutes les mamans qui veulent reprendre leur forme physique de pratiquer leur sport favori tourné vers la pratique du soccer. Le tout en ayant leurs jeunes enfants à proximité.

*Soccer Maman* permettra de participer à un match entre elles pendant une durée de dix (10) semaines. Les jeunes enfants entre 3 à 10 ans seront entre bonnes mains avec un service de garde à proximité du terrain qui présenteront des activités ludiques. Terminer la recherche d'un gardien ou d'une gardienne pour les enfants. Fini les excuses de ne pas pouvoir se reprendre en main tout en ayant du plaisir pendant une heure.

### **Objectifs**

- Développer l'envie de bouger;
- Créer des habitudes de vie saines;
- Favoriser l'épanouissement personnel, sportif et social par le jeu et le plaisir;
- S'assurer de prendre du temps de qualité pour soi.

### **Pour qui?**

Toutes les mamans qui ont des enfants entre trois (3) et dix (10) ans.

### **Lieu :**

Parc et Chalet Du Domaine

### **Quand :**

Tous les mercredis à compter du **5 juin 2019** durant 10 semaines (sauf durant les vacances de la construction du 20 au 28 juillet 2019) de 19h à 20h.

### **Coût d'inscription :**

**240\$** (prix incluant l'affiliation à Soccer Québec et les assurances, les frais d'arbitrage, la garderie, le chandail, le short et les bas.

### **Date limite pour les inscriptions :**

Dimanche le 28 avril 2019

### **Comment s'inscrire?**

En remplissant le formulaire d'inscription sur le site WEB de l'Association de soccer de Mascouche au **www.soccermascouche.com** à partir du **lundi 11 février 2019** ou passer directement à nos bureaux durant les heures d'ouverture.