

LA SEMAINE OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE



L'USEP 11 bouge l'Aude du 30 mars au 4 avril 2026



JOURS	EPS	Récréations actives, pause méridienne et 30 min APQ	Déplacements École / maison (à pied, à vélo)	Rencontre USEP
LUNDI	+	+	+	+
MARDI	+	+	+	+
MERCREDI	+	+	+	+
JEUDI	+	+	+	+
VENREDI	+	+	+	+
SAMEDI				+
DIMANCHE				

Compteur d'Activité Physique

Pour chaque élève qui permet de

Comptabiliser son activité

Des outils USEP

En lien avec les J.O.P d'hiver

Des Fiches Jeux

Un ensemble de situations



Flash Mob



Suivre les liens des illustrations



Dans notre département de l'Aude, le CDOS (Comité Départemental Olympique et Sportif) en partenariat avec l'USEP, l'UNSS, le Conseil Départemental, les Comités Handisport et Sport Adapté propose des Rencontres CM2 – 6^{ème}.

PORT la NOUVELLE

QUILLAN

COURSAN

CUXAC CABARDES

Lundi 30 mars

Mardi 31 mars

Jeudi 2 avril

Vendredi 3 avril