



OUEST ATHLETISME 35

Club du secteur de l'ouest rennais depuis 1999

Ouest Athlétisme 35 est le seul club FFA du secteur de l'ouest rennais à proposer l'ensemble des disciplines athlétiques

TOUS LES NIVEAUX :

EN COMPETITION

OU EN LOISIR

Tous les âges : de l'école d'athlétisme aux masters



✉ ouestathle35@gmail.com

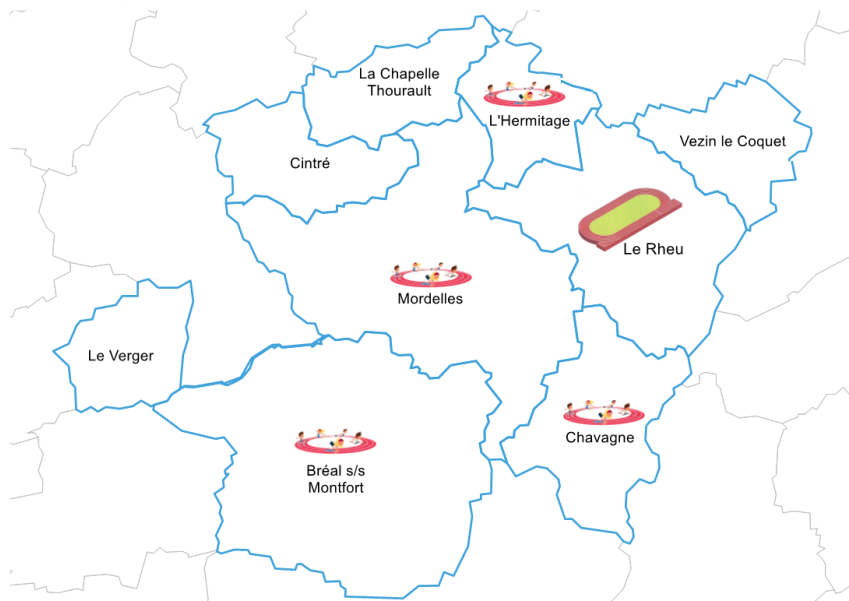
www.aa35.org

ATHLÉ
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME



Un club, un territoire

Cinq sites d'entraînement : Le Rheu Aire d'athlétisme
Ecoles d'athlétisme : Bréal s/s Montfort, Chavagne, L'Hermitage & Mordelles



Un projet territorial

Développer la pratique de l'athlétisme à travers des animations et des entraînements répartis sur le territoire de l'ouest rennais



Depuis 2012, le club détient le **Label club national**

Les labels sont attribués sur la base de critères d'activités proposées (jeunes, compétition, loisir) et sur la qualification de l'encadrement (entraîneurs, officiels, dirigeants)

ECOLE D'ATHLETISME

**Eveils Athlétiques / Poussins
(2015 à 2019)**



Entraînement à base de jeux permettant de développer l'ensemble des qualités physiques :



- Endurance
- Vitesse
- Coordination
- Souplesse
- Force



Eveil à la motricité sous un aspect ludique avec du matériel pédagogique adapté



Cinq rencontres annuelles

Participation au Challenge départemental des Ecoles d'athlétisme

En fin de saison, la finale du Challenge réunit toutes les écoles d'athlétisme du département





ATHLE JEUNES

**Benjamins / Minimes
(2011 / 2014)**

Toutes les spécialités sont proposées :

- Courses de vitesse et d'endurance
- Sauts de distance ou avec barre
- Lancers en rotation ou translation



Podium régional en Relais

Objectifs : développer les qualités physiques de base et initier aux techniques spécifiques

La saison est organisée en cycles d'apprentissage, les séances se déroulent sous forme d'ateliers ou de parcours.

Un sport individuel qui se pratique aussi par équipe : chaque saison le club participe au Challenge régional Equip'Athlé, tous peuvent participer, pas de sélection entre les jeunes



Le groupe Benjamins - Minimes 2025

Tous les ans le club propose aux jeunes de suivre la formation de jeunes juges ce qui leur permet de s'impliquer dans la vie associative et d'approfondir leurs connaissances de l'athlétisme

STADE

à partir de Cadets (avant 2011)



Entraînements possibles sur l'ensemble des disciplines de l'athlétisme

En individuel et par équipe



*Un sport individuel
qui se pratique en groupe*



Qualifications aux championnats de France

Sélections en équipe de Bretagne

Podiums départementaux, régionaux & nationaux

S'AMUSER, PROGRESSER, SE DEPASSER



NOS ORGANISATIONS

Des animations "découverte"

Mardi 26 août à Mordelles

Samedi 13 septembre à Le Rheu

Printemps 2026 à Le Rheu

Des animations sur le canton

Des co-interventions dans les écoles



Portes ouvertes 2025

Pour nos licenciés

Pass'Athlé : deux sessions pour les 7-11 ans

Kids' Athletics : rencontre réunissant les écoles d'athlétisme de différents clubs du département

Regroupements lors des vacances scolaires pour les 7-11 ans

Des rencontres intergénérationnelles pour les 12 ans et +

QUEL EQUIPEMENT ?

Une paire de running : assure souplesse et légèreté

Chaussures à pointes (Le Rheu) : pour une bonne adhérence (6mm sur piste, 12 mm en cross)

T-shirt / Short / Cuissard / Collant

Une tenue pour s'échauffer et se couvrir

Gourde, casquette

HORAIRES



Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Eveils Athlé 2017 à 2019	Mordelles 17h / 18h		Chavagne 10h30 / 11h30 Le Rheu 14h30/15h30	Bréal s/s Montfort 17h / 18h	L'Hermitage 17h / 18h	
Poussins 2015 / 2016			Chavagne 10h30/11h30 Le Rheu 15h30/16h30			
Benjamins 2013 / 2014			Le Rheu 16h30 / 18h			Le Rheu 11h/12h30
Minimes 2011 / 2012						
Stade avant 2011	Le Rheu 19h30 / 21h		Le Rheu 18h / 19h30		Le Rheu 18h30 / 20h	

Reprise des entraînements le lundi 1er septembre



L'OA35, c'est aussi...

Une philosophie : l'athlétisme pour tous quels que soient le niveau et les envies

Pas de sélection : tous nos athlètes peuvent participer aux rencontres départementales individuelles ou par équipe

A chacun sa progression : tous nos athlètes sont accompagnés, qu'ils soient de niveau départemental ou national

Un encadrement qualifié

Des entraîneurs diplômés

Des officiels et des dirigeants FFA

Ils nous soutiennent : MERCI !



Une communication

Une présence dans la presse locale ou municipale

Un site internet www.aa35.org

Une page Facebook

