

Le sport de qualité est...

MULTISPORTS

En participant à une grande variété de sports, les athlètes développent une plus grande gamme d'habiletés.



Avec plus d'habiletés, les athlètes performent mieux, ont plus d'options d'activités, et ont plus de plaisir!

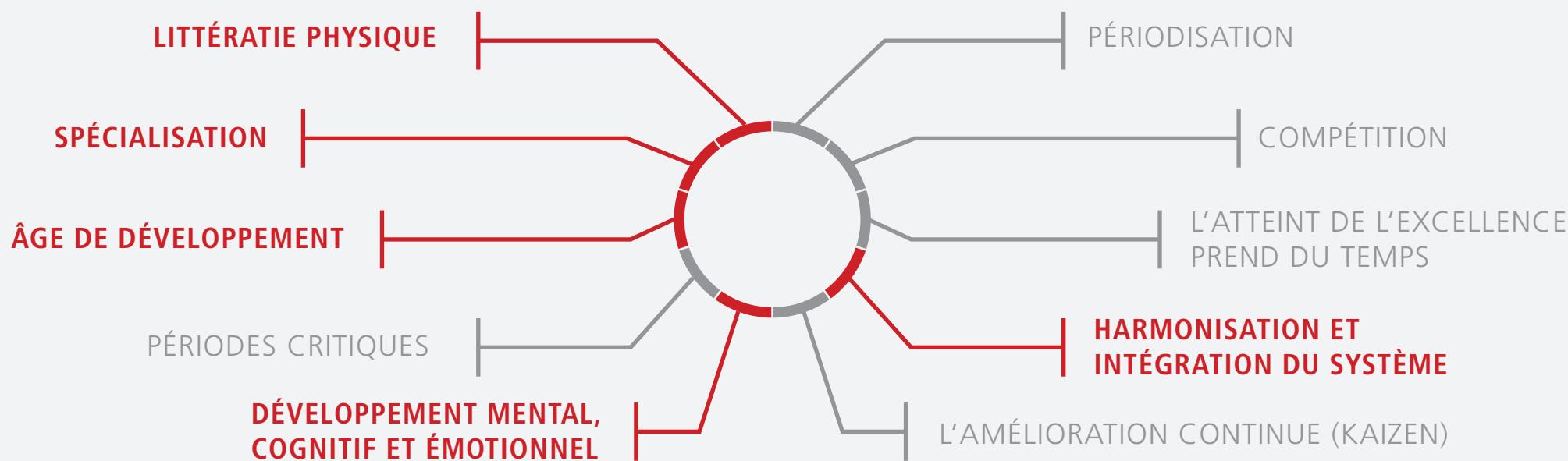
Une formation multisports solide peut prévenir

Épuisement

Blessures

Inactivité

L'approche multisport touche **5 des 10 facteurs principaux** du cadre de développement à long terme du participant/athlète



88 %

des athlètes de niveau universitaire ont eu une formation multisports.

~Société médicale américaine pour la médecine sportive

