

Migros en fait plus pour la lutte suisse.

Partenaire enthousiaste de la relève de l'AFLS.



MIGROS
en fait plus pour la Suisse

Participe à la grande journée d'initiation à la lutte suisse.



 **EIDGENÖSSISCHER
SCHWINGERVERBAND**
Association fédérale de lutte suisse

Partenaire de la Promotion des espoirs AFLS

MIGROS

On recherche:

On cherche le roi de la lutte ainsi que la reine de la lutte de 2040.

La lutte suisse, comme son nom l'indique, est notre sport national. Elle allie compétition, mouvement et culture suisse. La lutte suisse est célébrée depuis des centaines d'années dans le cadre de fêtes populaires conviviales où jeunes et anciens se rencontrent pour pratiquer leur sport.

La lutte suisse est le sport culte les garçons et les filles forts, rapides et intelligents. S'il est vrai que les plus forts des lutteurs sont surnommés «les méchants», ce sport est toutefois une compétition pacifique. Après le combat, les lutteurs se serrent la main, quel que soit celui qui a gagné: le respect est une valeur fondamentale de la lutte suisse.

La lutte suisse est un sport très exigeant. Seul celui qui s'entraîne réussit. La technique, la force, la rapidité, la mobilité et l'intelligence sont les valeurs clés du succès. La lutte suisse n'est pas uniquement un sport de loisirs, tu y apprends également une foule de choses qui te seront utiles plus tard, par ex. la persévérance, le sens de la compétition, la camaraderie ou le respect de l'adversaire.

Veux-tu aussi être un lutteur ou une lutteuse? Dans ce cas, rends-toi dans un club de lutte de ta région. Les garçons et les filles de toutes les nationalités sont les bienvenus. Si tu ne connais pas encore notre sport national, nous t'invitons à participer à la journée d'initiation à la lutte suisse.

Tu trouveras des informations détaillées sur la journée d'initiation à la lutte suisse dans ta région sur le site:

www.esv.ch

(Journée d'initiation à la lutte suisse)

Comment devenir le roi ou la reine de la lutte.



S'habituer très tôt à la sciure



Commencer à s'entraîner à partir de 5 ans



Participer à des compétition à partir de 6 ans et apprendre différentes techniques



T'imposer en compétition



Être récompensé par un superbe prix



La lutte suisse: un sport plein de rencontres, d'amitiés et de solidarité

