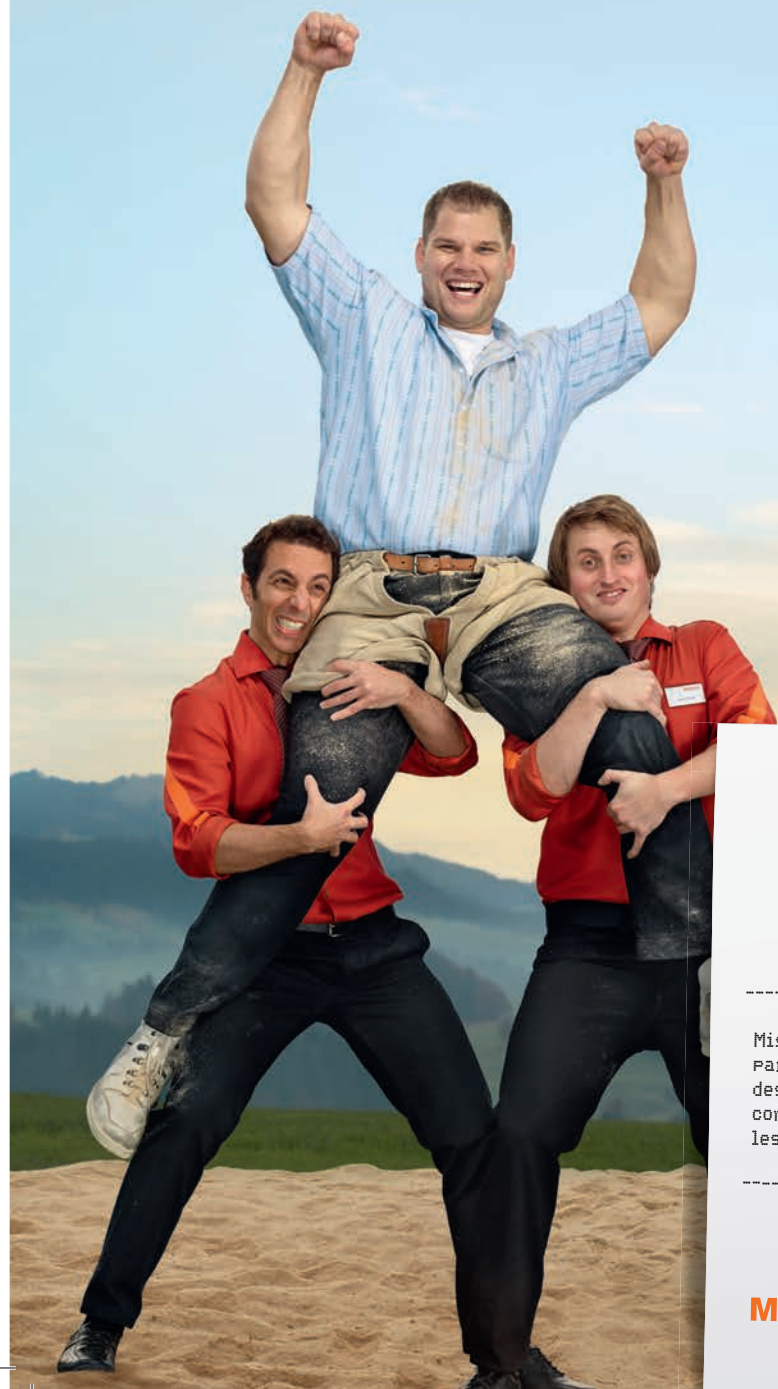


Nous donnons tout pour la
lutte suisse dans votre région.

MIGROS www.migros.ch WIRZ



Migros est fière d'être la
partenaire de la Promotion
des espoirs AFLS et de
contribuer ainsi à préserver
les traditions suisses.

MIGROS
M comme Ma région.

Participe à la grande
JOURNÉE D'INITIATION
À LA LUTTE SUISSE
SAMEDI 2 SEPTEMBRE 2017

TEILCH



 EIDGENÖSSISCHER
SCHWINGERVERBAND
Association fédérale de lutte suisse

Partenaire de la Promotion des espoirs AFLS

MIGROS

On recherche: le roi de la lutte suisse de 2031

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 des hommes et des garçons forts, rapides et malins. 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.

As-tu envie de devenir un lutteur? Et même d'être couronné roi de la lutte suisse en 2031? Tout le monde peut

être lutteur – filles ou garçons, Suisses ou étrangers. Si tu ne connais pas encore notre sport national, nous t'invitons à participer à la journée d'initiation à la lutte suisse.



Comment devenir le roi de la lutte



S'habituer très tôt à la sciure



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



Commencer à s'entraîner à partir de 5 ans



Participer à des compétitions à partir de 8 ans et apprendre différentes techniques



T'imposer en compétition



Être récompensé par un superbe prix

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**)