



# CATALOGUE

## 2024-25

---

ACTIVITÉS EXTRASCOLAIRES  
Lycée Français International de Delhi



## ÉCHECS

Instructeur débutant : M. Rupesh  
Instructeur avancé : M. Puneet Jaiswal

Langue d'enseignement : Anglais

L'instructeur enseigne les bases des échecs en initiant les jeunes à la stratégie et à l'analyse, tout en favorisant la pensée critique et la concentration.



## AÉROMODELISME

Instructeur : M. Chaitanya

Langue d'enseignement : Anglais

L'aéromodélisme combine la création et le pilotage de modèles réduits. Le cours apprend les bases du vol et de l'ingénierie à travers des projets pratiques, comme construire des modèles en balsa et piloter des drones avec des simulateurs.



## TAEKWONDO

Instructeur : M. Kumar

Langue d'enseignement : Anglais

Le Taekwondo, d'origine sud-coréenne, aide à se mettre en forme, se défendre, gagner en confiance et se discipliner. Les enfants y trouvent un moyen d'acquérir des compétences, de se motiver et de se détendre tout en s'amusant.



## KARATÉ

Instructeur : M. Sensei Mohiner Singh

Langue d'enseignement : Anglais

Le karaté améliore la condition physique, la souplesse, la coordination et la défense personnelle, tout en développant la discipline, la confiance en soi et le caractère.



## GYMNASTIQUE

Instructeur : M. Vikas Sharma

Langue d'enseignement : Anglais

La gymnastique artistique est un sport dynamique nécessitant force, souplesse, équilibre, coordination et grâce. Exigeante et gratifiante, elle offre de nombreux avantages mentaux et physiques.



## BADMINTON

Instructeur : M. Vikram Bhasin

Langue d'enseignement : Anglais

Perfectionnez vos compétences en badminton avec M. Vikram Bhasin en apprenant les techniques de base : prise, mouvements et coups.



## BASKETBALL

Instructeur : M. Alexis Jarry

Langue d'enseignement : Français

Le basket-ball, sport mondial, consiste à marquer plus que l'adversaire. Il exige des compétences clés comme le tir, le dribble, la défense et la passe, ainsi que l'agilité, la vitesse et l'endurance.



## FOOTBALL

Instructeur : M. Stanford Massey YBCFC Club

Langue d'enseignement : Anglais

Le football enseigne dès le départ le dribble, le jeu de tête et le contrôle du ballon. L'entraînement inclut la défense, les compétences de gardien, tout en développant endurance et force.



## ART ET ARTISANAT

Instructeur : Mme Gauri

Langue d'enseignement : Français

Participer aux activités artistiques permet de renforcer la confiance et d'explorer votre créativité en apprenant les techniques de découpage, de peinture, de dessin, de papier mâché et d'argile.



## DANSE HIP HOP

Instructeur : Delhi Dance Academy

Langue d'enseignement : Anglais

Le hip hop vous invite à explorer les styles de danse de rue, façonnés par la culture et la musique des années 1970, et rendus célèbres par les crews de danse américains.



## DANSE BOLLYWOOD

Instructeur : Mme Manjushri et Mme Nandi

Langue d'enseignement : Français

Explorez la fusion des danses Bollywood et créez vos propres chorégraphies dans un cours dynamique, combinant les danses classiques et folkloriques indiennes avec des touches de jazz, hip-hop, danse arabe et latine.



## BALLET

Instructeur : Delhi Dance Academy

Langue d'enseignement : Anglais

Les danseurs de ballet conservent une apparence gracieuse, alors que leur technique exige une force, un équilibre, une habileté et une souplesse immenses. Les fondamentaux comprennent les arabesques, les pliés et les pirouettes.



## RUBIK'S CUBE

Instructeur : Mme Sarika

Langue d'enseignement : Anglais

L'activité du Cube Rubic consiste à résoudre ce puzzle 3D en alignant chaque face sur une couleur unie, en manipulant les segments. Elle stimule la logique, la mémoire et les compétences en résolution de problèmes.