



Club de CHELLE DEBAT

Juin 2017

Sommaire

Les nouveautés

ZUMBA

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

YOGA/MEDITATION

Cours de français pour les
Familles étrangères

PILATES

BBGYM

CAPEIRA

Fitness trampoline

Danses de salon

TELETHON

Le Troc des Jardiniers

STAGE ENFANTS
Les bonbons de Noel

Remerciements

Des nouveautés seront proposées la saison prochaine

Le STEP revient dès septembre (adultes)

tous les mardis de 19.30 h à 20.30 h

**Les danses de salon (rock, bachata, tango, madison)
changent de jour ...**

Désormais les vendredis soirs : de 20 h à 21 h

Création d'une activité Baby Danse pour les 3/5 ans

Les mercredis de 15 h à 16 h

Création d'une activité Dancing kids pour les 6/12 ans

Les mercredis de 16.30 h à 17.30 h

Et toujours, au programme des Adultes, les activités :

- **ZUMBA**
- **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**
- **FITNESS TRAMPOLINE**
- **YOGA & MEDITATION (nouvel horaire)**
- **PILATES**
- **APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS**

On conserve aussi les activités Enfants :

- **BEBEGYM : motricité, proprioception, rythme, expression corporelle, repérage dans l'espace, relation à l'autre ...**
Enfants de 3 à 5 ans – Mercredi de 16.30 h à 17.30 h
- **CAPOEIRA & PERCUSSIONS**
Enfants de 5 à 12 ans – Mercredi de 15.15 h à 16.15 h
- **HIP HOP**
Enfants de 5 à 12 ans – Mercredi de 14 h à 15 h

La ZUMBA et le RENFORCEMENT MUSCULAIRE



EDDY a retrouvé son complice JHON pour les cours de Zumba et de Renforcement musculaire du lundi.

Toujours autant de participants à ces cours dynamiques et la bonne humeur restent une constante, avec une augmentation d'effectif au cours de renforcement musculaire.

Maintien des cours : les lundis de 20.30 h à 21.30 et RENFORCEMENT MUSCULAIRE de 21.30 h à 22.00 h après la zumba

Le Yoga et méditation



Le cours de mercredi étant complet d'une année sur l'autre, un deuxième cours a été créé cette saison : les jeudis soirs à 19 h.

Ces deux cours fonctionnent bien.

Le stage de deux demi-journées, proposé comme chaque année, a affiché complet.

Le cours du jeudi sera avancé de 15 minutes la saison prochaine

Cours tous les mercredis de 19 à 20 h et tous le jeudi de 18.45 à 19.45 h

Les cours de français langue étrangère



Il y a maintenant plusieurs cours dans la semaine : des cours débutants, aux cours pour élèves confirmés en passant par un cours intermédiaire.

Ces cours se déroulent les lundis après-midis à la salle du premier étage de la Mairie et sont orchestrés par Anne Morin, professeur diplômée.

Des cours de grande qualité pour des tarifs dérisoires, ce qui fait que les élèves viennent de plus en plus loin.

Nous remercions Jean Norton qui s'occupe – pour nous – de la gestion de cette activité.

*Maintien des cours Débutants, Intermédiaires et Approfondissement tous les lundis après-midis
Prix des cours : 5 €/h suivant affluence*

BB Gym – Les Petitous

Ce cours avait débuté avec Domie qui a dû abandonner en cours d'année pour cause de problèmes de santé.

Naina (qui possède les diplômes nécessaires) a accepté gentiment de reprendre cette activité, basée dorénavant, davantage sur la motricité, la proprioception, l'éveil corporel, le repérage dans l'espace, le rythme, la relation à l'autre – et moins basé sur la danse.

Une activité BABY DANSE sera créée à la rentrée

Si vous désirez réserver la place de votre enfant la saison prochain, une pré-inscription auprès de Maité est recommandée.



La CAPOEIRA



Cet art martial brésilien – moitié danse/moitié combat – s'est installé les mercredis pour les enfants de 5 à 12 ans animés avec rigueur et patience par Naina.

Comme tous les arts martiaux, une place importante est consacrée au respect de l'autre et à la discipline.

Début avril dernier, les enfants ont passé leurs grades avec succès à la Maison des Arts Martiaux de Tarbes, à l'occasion d'une grande fête, lors d'un week-end avec des Maîtres de Capoeira venus d'autres régions de France.

Si vous désirez réserver la place de votre enfant la saison prochain, une pré-inscription auprès de Maité est recommandée.

Le HIP HOP

Naïs de DANS6T est venu les mercredis après-midis pour enseigner les bases du HIP HOP à une douzaine d'enfants passionnés par ces musiques très tendances.

Nos enfants ont été invités à danser au Parc des Expositions de Tarbes pour le grand Spectacle de DANS6T du mois de juin prochain.

Ils danseront également lors de la fête de l'Association.



Si vous désirez réserver la place de votre enfant la saison prochain, une pré-inscription auprès de Maité est recommandée.

Le stage de cuisine pour les enfants

27 enfants !

Le stage autour des gourmandises de Noël fut un vrai succès !

Avec Mylène en Chef d'orchestre, les enfants heureusement revêtus d'un tablier (offert) ont travaillé (et goûté) le chocolat avec ardeur et enthousiasme.

Un autre stage sera proposé la saison prochaine.



Festimômes

Pour la première fois, nous avons participé à FESTIMÔMES à Cabanac.

Au cours de cet événement, notre Association a proposé un spectacle de CAPOEIRA afin de faire découvrir cet Art Martial brésilien très musical, sportif et dansant.

Avec la complicité de l'association ASCA CAPOEIRA.



Le Téléthon à TRIE SUR BAÏSE

Participer au Téléthon est une démarche qui nous semblé intéressante pour une association à vocation familiale et sociale comme la notre.

Nous avons proposé des exhibitions de FITNESS TRAMPOLINE avec Audrey et ses élèves - et de CAPOEIRA avec les Enfants de l'association, accompagnés d'un groupe d'adultes d'une association d'Aureilhan (ASCA CAPOEIRA).

Ils ont « mis le feu » à la place centrale de la ville, peu mobilisée pour cette occasion puisque, à part une vente de gâteaux, nous étions la seule association à s'être déplacée.

Cette initiative a permis également une sensibilisation des enfants à l'Handicap par leur implication à cette animation.



LE FITNESS TRAMPOLINE

Une vingtaine de personnes se sont inscrites à cette activité ludique et très sportive, entraînées par Audrey dans de folles envolées lors des cours des mardis et jeudis. Un seul cours sera cependant maintenu la saison prochaine.

Les trampolines sont mis à disposition des élèves qui doivent juste apporter leurs serviettes et de l'eau car il fait très chaud dans ce cours.

Un cours de Step sera proposé en remplacement les mardis

Le Pilates

Tous les lundis et jeudis soir, Dominique animait un cours de PILATES avec une quarantaine de participants, suivant les semaines.

Pour cause de problèmes de santé, Domie a été contrainte d'abandonner les cours début janvier, cours qui ont été repris au pied levé par Christine et Gérard qui assurent aussi les cours de Yoga.

L'horaire du cours du jeudi a été perturbé légèrement car Gérard animait son cours de yoga jusqu'à 20 h ce qui impliquait un retard du cours de Pilates de 15 à 20 minutes.

Il sera remédié à cette situation la saison prochaine, car le cours de Yoga sera avancé de 15 minutes.



Janvier 2017 - la soirée Atelier-dansant avec Evidanse

Quel succès !!!

Plus de 70 participants à cette froide soirée de janvier venus de Chelle-Débat et de ses environs, de Tarbes et de sa périphérie, pour suivre l'atelier-dansant proposé par Christel et Isabelle BOUSQUET de l'école EVIDANSE.

C'était super et nous renouvellerons cette soirée la saison prochaine.



Le Troc des Jardiniers du 20 MAI 2017



Il faisait soleil et le temps était agréable : il a donc été décidé que le TROC se tiendrait en extérieur, sur la nouvelle place de CHELLE-DEBAT

Des fleurs, des plans de légumes, des gâteaux, des confitures,.. : tout le monde a trouvé son bonheur et gratuitement.

Une conférence sur « LA PELOUSE IDEALE » a été proposée par Nicolas ZAFFAGNI – très calé sur le sujet. Les questions ont fusé et le sujet a été bien approfondi. la

Le Troc sera proposé la saison prochaine le 26 mai 2018

REMERCIEMENTS

Un grand merci à la Mairie de CHELLE DEBAT qui nous prête la salle des fêtes pour nos activités et qui nous soutient fortement financièrement.

Merci aussi aux Mairies des communes alentour qui nous aident financièrement :

- Cabanac,
- Laméac,
- Marseillan,
- Mazerolles,
- Montégut sur Arros,
- St Sever de Rustan.

Merci aussi à notre sponsor :

Station service ELAN Saint Christophe à SEMEAC :
Patricia et Aurélien DESPAUX