

BIENVENUE DANS LA NEWSLETTER DE FORME ET LOISIRS EXINCOURT

FORME ET LOISIRS EXINCOURT : 9, RUE DES NATIONS 25400 EXINCOURT
Numéro d'enregistrement RNA : W252000673 - Identifiant SIREN : 884 586 785
fanfan.gym@gmail.com / 03 81 34 60 75 ou jcdupre4@orange.fr / 06 80 20 24 66

2022 - 2023 - 01

**Bonjour à toutes et à tous, adhérents, partenaires de Forme et Loisirs Exincourt.
Bienvenue dans notre Newsletter, nous sommes le dimanche 18 septembre 2022.**

C'est la reprise !

C'est un vrai plaisir que de rédiger cette première lettre de la saison 2022 - 2023, premier pilier du dispositif de communication de notre association vis à vis de ses adhérents et ses partenaires. Cet envoi est aussi l'occasion de vérifier la validité des adresses mails enregistrées lors des inscriptions. Le 12 septembre, la Gym a donc repris, après une semaine dédiée aux inscriptions. Nous sommes contents du niveau de fréquentation mesuré lors des 5 séances de la semaine. L'effet gratuité de la "semaine test" y est certainement pour quelque chose. C'est difficile d'évaluer le nombre de personnes qui adhéreront à l'association, mais néanmoins c'est une grande satisfaction que de retrouver une salle Morel quasiment pleine (mercredi soir 44 !). On n'avait pas vu ça depuis longtemps. En une seule semaine, Céline et Françoise ont prodigué aux pratiquants l'équivalent de 175 heures de cours. Pour les adhésions, nous avons déjà réalisé 52 cartes d'accès aux cours (en cours de distribution), 22 autres cartes seront réalisées la semaine prochaine. **A noter qu'après la période d'essai gratuite, la présentation des cartes d'accès à la salle de sport sera demandée avant le début de chaque cours.** Concernant la validité des dossiers d'inscriptions en notre possession, pour être complets, il nous manque 5 certificats médicaux, 2 photos et 9 règlements. **Après deux saisons impactées par la crise sanitaire, c'est vraiment super de nous retrouver sans contrainte pour nous adonner à notre activité sportive, dont nous connaissons toutes et tous les bienfaits pour le corps et l'esprit.** Nous sommes donc maintenant partis pour 33 semaines de Gym. **Seule ombre inattendue au tableau, la pause d'une moquette dans la Morel le mardi matin 13 septembre (?) qui, dès le cours de mercredi soir, a incommodé pas mal de personnes.** Sans parler de l'odeur entêtante désagréable, cette nouvelle surface n'est pas adaptée à la pratique de la Gym. La moquette "brûle" la peau aux points de contact du sol non protégés par les tapis de sol, elle indispose les allergiques aux acariens et à la poussière, les rotations sont quasi impossibles, sans parler du problème complexe que va poser son nettoyage, notamment avec le niveau important de fréquentation de cette salle. Il semble que la moquette a également posé des difficultés au Karaté. C'est un sujet que nous devons évoquer la semaine prochaine.

Une très belle réussite pour la Fête du Sport en Musique !

Samedi 10 septembre, les associations sportives et musicales exincourtoises se retrouvaient sur le complexe sportif pour participer à la seconde édition de la **Fête du Sport en Musique** organisée par Sébastien Truchot (adjoint aux sports), manifestation toujours très appréciée des enfants et des grands. La pluie de début de matinée nous avait fait craindre le pire, mais au final, la météo a été plutôt clémente avec nous. Dès 10h, nous étions sur le pont pour nous installer dans la salle Morel, partagée avec nos amis du Karaté. Il fallait notamment mettre en place le parcours d'habileté imaginé par Françoise afin de proposer aux jeunes une activité physique et ludique, avant de coller la gommette qui confirmait leurs passages à notre stand. Vers midi, tout était opérationnel. Ainsi, nous avons pu nous rendre sereinement au pot offert par la municipalité. A 13h30, nous étions prêts pour l'inauguration. Après les discours d'usage de Sébastien et de Magali Duvernois, un hommage a été rendu par la municipalité à Mauricette Piquerey pour ses 47 ans de bénévolat à la tête du club de Gym et par le Comité de Fêtes pour ses 30 ans de bons et loyaux services, Mauricette recevant deux belles distinctions et compositions florales. La Fête pouvait commencer. Même si le temps de l'après-midi a été correct avec l'alternance de soleil et de passages nuageux, le vent assez soutenu ne nous a pas permis de réaliser nos démonstrations de Gym sous le haut-vent. Nous avons donc utilisé le couloir de Morel. Dès l'ouverture, nous avons été très sollicités par les enfants qui ont apprécié l'épreuve du parcours d'habileté. Des petiots aux plus grands, l'activité a rencontré un franc succès. En parallèle, les démonstrations de stretching et de Gym dansante sur musique latino ont ravi les pratiquants. L'après-midi s'est remarquablement bien déroulé. Avec des activités très prenantes, notamment lorsqu'il s'agissait d'accompagner les petits enfants sur la parcours, on a pas vu le temps passer. Au soir de cette belle journée, après le rangement du matériel à 18h, il y a avait un peu de fatigue mais surtout beaucoup de satisfaction d'avoir passé un si bon moment en si bonne compagnie au milieu de tous ces enfants (plus de 90 au compteur). Nous avons vécu une super fête dans une ambiance festive, pleine de bonnes ondes positives. C'est très bon pour le moral. **Un grand merci à tous nos bénévoles du club qui sont venus nous aider pour que cette journée soit une parfaite réussite et pour votre engagement dans les activités du club. Merci à la municipalité, son personnel et à nos amis des associations présentes pour nous avoir permis de vivre cette belle journée de partage.**



Programme des Marches à venir !

En parallèle du redémarrage de la Gym, nous sommes heureux de pouvoir relancer notre programme de marche. Nous vous proposons déjà de participer aux 3 prochaines marches suivantes (selon les conditions météo aussi). Nous allons réaliser des préinscriptions afin de nous inscrire au nom de Forme et Loisirs Exincourt en formule "Groupe". Pour cela, il faut vous inscrire auprès de Françoise. Dans cette configuration, le club s'acquiesce du règlement du montant de l'inscription pour les adhérents de l'association. Nous publierons des informations complémentaires sur le Groupe Facebook. A noter :

Samedi 24 septembre 2022, RDV 13h30, départ 13h45 : LA RANDONNEE DU LION 2022 6,8 km parking de L'EPIDE BELFORT

Vendredi 7 octobre 2022, RDV 18h00 : Octobre Rose, MARCHÉ NOCTURNE D'EXINCOURT, Complexe sportif d'Exincourt

Dimanche 9 octobre 2022, RDV 9H30 : Octobre Rose, L'AUDINCOURTOISE, Place du marché d'Audincourt

Soyez prudent et prenez bien soin de vous ! Nous restons à votre disposition pour répondre à vos éventuelles questions.

Pour Forme et Loisirs Exincourt, Jean-Claude Dupré : 0680202466

Secrétaire en charge de la communication et de l'informatisation. jcdupre4@orange.fr ou jcdupre5625@gmail.com