

FORME ET LOISIRS EXINCOURT

SAISON 2024 - 2025

2024 - 25 - 04

Egalité, Tolérance, Accueil, Respect, Estime

« L'HUMANITÉ DEVRA METTRE UN TERME À LA GUERRE, OU LA GUERRE METTRA UN TERME À L'HUMANITÉ. » J. F. KENNEDY

Bonjour à toutes et à tous, adhérentes, adhérents, amis et partenaires de Forme et Loisirs Exincourt.

Bienvenue dans notre 4^{ème} newsletter de la saison 2024 - 2025, nous sommes le vendredi 18 octobre 2024.

Six semaines de Gym déjà et les vacances de la Toussaint sont là !

Nous sommes arrivés « déjà » au terme de la première phase de Gym de la saison sportive 2024 - 2025, saison démarrée « tambours battants » avec une capacité d'accueil atteinte dès la première semaine de la rentrée. Nous avons enregistré 132 inscriptions (quatre-vingt-douze "Tous Gym", trente et une "une Heure de Gym du matin", avec 9 dirigeants / moniteurs). Situation rare d'autant plus que nous avons dû refuser plusieurs demandes, et nous en sommes désolés.

Toutes les cartes d'accès ont été fabriquées, mais pas toutes distribuées car il manque encore des certificats médicaux. Il faudra se mettre en conformité pour la rentrée de novembre.

Les niveaux de fréquentation aux cours sont très satisfaisants, avec un record enregistré lors d'une séance du matin avec 53 pratiquants ! De nombreuses et nombreux gymnastes montrent une belle assiduité aux séances, et on constate de l'implication et de l'engagement de la part de nombreux élèves, avec une volonté de progrès en prime. Ça transpire, ça bouge, ça fait un peu mal, mais c'est normal car le corps travaille, et ça ira de mieux en mieux avec de la volonté, de la pratique et de la régularité. Une nouvelle fois, nous sommes très heureux de souhaiter la bienvenue aux nouveaux arrivants et merci encore à celles et ceux qui continuent à nous accorder leur confiance.

Vacances scolaires de la Toussaint : Elles sont là ! Comme vous le savez, il n'y a pas de cours durant les vacances scolaires. Pour la Toussaint, cette année et pour toutes les zones, elles sont fixées par l'éducation nationale du samedi 19 octobre 2024 au lundi 4 novembre 2024. Le dernier cours de Gym de la première phase de la saison s'est déroulé le jeudi 17 octobre au soir, et la reprise est fixée au lundi 4 novembre 2024 au soir avec Youssef. Nous engagerons ainsi la deuxième phase de la saison sportive 2024 - 2025.

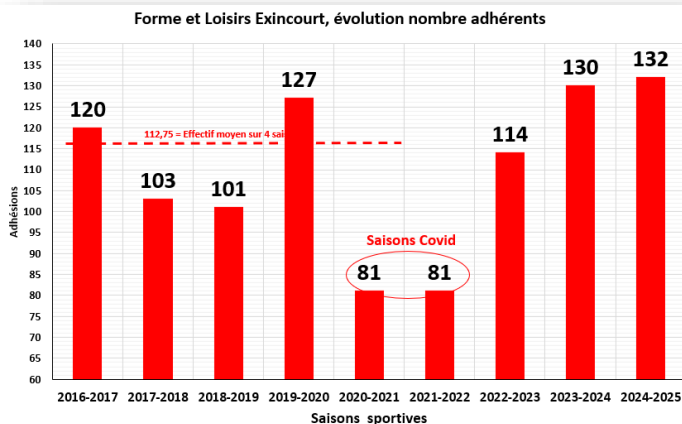
MARCHE NORDIQUE :

Youssef a planifié deux rendez-vous dédiés à cette activité pour OCTOBRE 2024.

Samedi 19 octobre 2024 : Youssef conduira sa 3^{ème} séance de Marche Nordique avec un départ à 9h30 précise sur le parking du Bois Bourgeois à Montbéliard, route de Laire.

Mardi 29 octobre 2024 : Rendez-vous à 9h pour le départ sur le parking sportif du Bois des Cantons d'Audincourt.

Inscrivez-vous SVP auprès de Françoise !



FORME ET LOISIRS EXINCOURT
SAISON 2024 - 2025
Egalité, Tolérance, Accueil, Respect, Estime
« L'HUMANITÉ DEVRA METTRE UN TERME À LA GUERRE, OU LA GUERRE METTRA UN TERME À L'HUMANITÉ. » J. F. KENNEDY

PROGRAMME MARCHE NORDIQUE
OCTOBRE 2024 avec Youssef

Samedi 19/10/24 - 9h30
Rdv Parking du Bois Bourgeois
Route de Laire - Montbéliard

Mardi 29/10/24 - 9h00
Rdv Parking sportif du Bois
des Cantons - Audincourt



Restez 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