



BIENVENUE DANS LA NEWSLETTER DE FORME ET LOISIRS EXINCOURT

FORME ET LOISIRS EXINCOURT : 9, RUE DES NATIONS 95400 EXINCOURT
Numéro d'enregistrement RNA : W959000673 - Identifiant SIREN : 884 586 785
fanfan.svm@gmail.com / 03 81 34 60 75 ou jcdupre4@orange.fr / 06 80 90 24 66

2021-2022 N° 24



Bonjour à toutes et à tous, adhérents et partenaires de Forme et Loisirs Exincourt.
Bienvenue dans notre Newsletter, nous sommes le vendredi 24 juin 2022.

FIN DE SAISON 2021 - 2022

Hier soir en salle Morel, s'est achevée la saison sportive 2021 – 2022 de Forme et Loisirs Exincourt avec la réalisation du dernier cours de cardio de Céline. Cette 33^{ème} semaine de cours clôt une saison qui, pour finir, s'est déroulée quasiment normalement, si on fait abstraction des contraintes sanitaires du Pass Sanitaire et Vaccinal, qui ont perturbé (un peu) la première partie de la saison sportive.

En cette fin de saison, nous avons eu l'occasion et la joie, au terme des cinq séances de cours de la semaine, de partager avec vous un sympathique verre de l'amitié en dissertant sur le contenu de nos vacances à venir, mais également en évoquant la reprise de septembre de la saison 2022 – 2023. Vous avez déjà été nombreuses et nombreux à nous rendre vos fiches d'inscription pour la rentrée. **Merci à chacune et chacun, qui vous êtes investis ou qui avez activement participé au déroulé de la saison écoulée, sans vous, le club serait mort !**

♥ **ALORS BONNES VACANCES A TOUTES ET A TOUS ! MERCI POUR VOTRE CONFIANCE !**

Dans les faits marquants de la semaine, relevons le cours du lundi soir 20 juin, où Brigitte nous faisait ses "Adieux" (ou un "Au Revoir" qui sait ?), en nous proposant pour cette dernière séance, un contenu dansant et divertissant, qui sentait bon l'air des prochaines vacances avec des rythmes latinos et autres, associés à des chorégraphies ludiques voire mythiques, de chansons qui ne manqueront pas d'égayer nos prochaines soirées d'été.

Cela a été vraiment sympathique de se retrouver pour encourager Brigitte dans son rétablissement et pour la soutenir dans ses projets futurs. Des cadeaux, des rires, de l'émotion et un très bon moment passé entre ami(e)s. Un grand merci à toutes celles et ceux qui se sont joints à nous pour cet accompagnement.

Un grand merci à toi Brigitte pour tes sourires et ta légendaire bonne humeur.





BIENVENUE DANS LA NEWSLETTER DE FORME ET LOISIRS EXINCOURT

FORME ET LOISIRS EXINCOURT : 9, RUE DES NATIONS 95400 EXINCOURT
Numéro d'enregistrement RNA : W959000673 - Identifiant SIREN : 884 596 785
fanfan.gym@gmail.com / 03 81 34 60 75 ou jcdupre4@orange.fr / 06 80 90 24 66

2021-2022 N° 24



Le second fait marquant de la semaine concernait la séance de démonstration de mercredi soir 22 juin, où Céline nous invitait à découvrir un nouveau cours de Gym, qui sera proposé à la rentrée de septembre en lieu et place du STEP. Ce cours, nommé "STRETCHING DYNAMIQUE" développé par Céline, allie Pilates, Stretching et création personnelle. Ça a été vraiment réconfortant de constater que vingt-six personnes ont répondu présents à cette invitation, offrant une belle opportunité de réaliser ce cours "test" en dans conditions réelles de fonctionnement. C'est dans une ambiance studieuse et conviviale que les "pratiquants volontaires" se sont impliqués avec sérieux dans le déroulé de cette démonstration, d'un cours parfaitement maîtrisé par Céline, pour la satisfaction de tous les gymnastes.

C'est le mercredi 14 septembre 2022 à 20h15 en salle Morel que ce nouveau cours de "STRETCHING DYNAMIQUE" intégrera notre nouveau planning de la saison sportive 2022 – 2023. **Encore merci à Céline pour cette brillante idée et aux participants d'avoir participé à la démonstration. Merci pour cette belle séance de remise en forme.**



RAPPEL : Jeudi 30 juin 2022 à 19h00 : REPAS DE FIN DE SAISON !

Alors que nous ne pensions qu'être une quinzaine d'adhérents pour ce repas de fin de saison, en définitive, nous avons inscrit ce matin 43 personnes désireuses de se joindre à nous pour partager ce moment de convivialité. Ainsi, le restaurateur nous réserve une salle spécifique de capacité de 45 places pour notre association.

DONC LES RESERVATIONS SONT CLOSES !

SVP : N'OUBLIEZ PAS LES REGLEMENTS (ce serait bien de ne pas devoir refaire des comptes lors d'une soirée festive !)

Rappel du menu validé ce matin : Apéritif au choix + Braséade (Viande de bœuf ou Poisson) + Dessert au choix + café offert (les boissons sont en supplément)



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