



JOURNAL des T'AIRIENS

Mars 2023

Cours de Capoeira

enfants



adultes



Capoeira

Ski

Infos

ados



Capoeira

Depuis mars, des cours de capoeira sont proposés à la Bourboule pour tout public. Ce sport brésilien qui mêle danse, music et art martial.

Elle se distingue des autres arts martiaux par son côté ludique et souvent acrobatique. Les pieds sont très largement mis à contribution durant le combat bien que d'autres parties du corps puissent être employées telles que, principalement, les mains,

la tête, les genoux et les coudes. Les « joueurs » peuvent prendre position en appui ou en équilibre sur les mains pour effectuer des coups de pied ou des acrobaties.

Fin mars débiteront les ateliers cirque : activité fédératrice, qui développe l'équilibre, les réflexes, le dépassement de soi. Tout public, elle peut se pratiquer en famille !



Ski alpin, ski de fond et Raquette...



Les vacances de février se terminent début mars, les derniers vacanciers vont rentrer chez eux en gardant en mémoire les bons moments passés avec les animateurs de la section des sports de neige de l'association Multi-Activités du Sancy.

La grande majorité des adhérents (enfants et adolescents) ayant participé aux séances de ski, ont pu finir leur séjour en skiant avec leurs familles sur la piste des longes en tout autonomie, sous le regard fier de ces derniers.



Pour certains adultes, les séances se sont déroulées sur les pistes de ski de fond de la station du Capucin, quand d'autres profitaient d'une balade en raquette sur le val de Courre avec la chance d'observer les chamois...



Infos



La section de gymnastique organisera un stage de gym enfant la première semaine des vacances de Pâques. Ce stage sera proposé pour les enfants de moins de 6 ans le mercredi 12 avril au matin, les enfants de plus de 6 ans du mercredi 12 au jeudi 13 avril de la section de gymnastique. Il sera également ouvert aux enfants extérieurs à l'association.

Pour tous renseignements, appeler le 06 08 85 44 71



Associativement
Jean-François & Astrid

