



T'Air Aventure  
Association loi 1901  
63240 Le Mont Dore

Tel -Fax : 04.73.21.65.34  
Portable : 06.08.85.44.71

Email : [t.air.aventure@orange.fr](mailto:t.air.aventure@orange.fr)  
Site : <http://tairaventure.jimdo.com>

# Le Journal des T'Airiens

Mai 2015

## Sommaire :

- \* Journée multisports
- \* Les Grands Thermes
- \* Formation
- \* Infos.



### \* Journée multisports :

Mathis, Hugo, Chloé, Aubin, Clément et Axel accompagnés de Céline leur animatrice sont venus passer une journée au centre équestre. Encadrés par Djeff de T'air Aventure assisté de Benjamin, les enfants ont pratiqué, et pour certains découvert, le roller-Joering. Grâce aux compétences d'Élodie, les jeunes de 11 à 15 ans, ont pu faire du roller tirés par un cheval.

« Je n'avais jamais fait de rollers » confie Chloé « mais j'ai bien aimé avec le cheval » poursuit-elle immédiatement.

Après un repas bien mérité sous le soleil généreux de printemps, c'est une course d'orientation, préparée par Benjamin et Astrid, les deux « CQP » (Certificat de qualification professionnelle), à laquelle tous ont participé ravis de chercher les balises pour terminer cette belle journée sportive par du tir à l'arc sur cible et de la sarbacane sur une magnifique cible 3D représentant un mouflon.

Très contents de ces expériences, les jeunes sont rentrés avec de beaux souvenirs plein la tête d'une journée au pied du Sancy et de nombreuses expériences enrichissantes.

### \* **Les Grands Thermes :**

Depuis fin mars, l'association est présente aux Grands Thermes de la Bourboule, elle intervient pour les personnes en cure. Dans le cadre de la cure post-cancer, l'association propose comme activité des séances d'exercices physiques.

Une option très appréciée des curistes qui, au cours des trois semaines de cure, peuvent bénéficier des conseils professionnels de Djeff, animateur de cet atelier, pour remettre en action leur physique et réapprendre l'habileté fonctionnelle après des mois d'un traitement lourd et difficile ou une intervention chirurgicale.

Des exercices doux qu'ils peuvent reproduire chez eux tout au long de l'année afin de retrouver la souplesse des muscles et reprendre confiance en leurs possibilités. Prendre de soin de soi tout en douceur.

### \* **Animateur CQP :**

Au début du mois de juin, les trois animateurs (Astrid, Benjamin et Myriam) en formation CQP ALS ARPO (Certificat de Qualification Professionnelle Activité Loisirs Sportifs Activités de Randonnée de Proximité et d'Orientation), iront participer au dernier stage de leur formation et passeront leur examen final...

Nous leur souhaitons bonne chance et M----.

### \* **Infos :**

Dans un avenir proche, l'association T'Air Aventure proposera une nouvelle activité....



*Associativement  
Jean-François & Astrid*



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
**SPORTS POUR TOUS**  
AUVERGNE