



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

Décembre 2016

## Sommaire :

- \* **Gymnastes du Sancy**
- \* **MARPA St Sauves**
- \* **Nouvelle activité**



## \* **Gymnastes du Sancy :**

Les gymnastes du Sancy préparent leur compétition avec ferveur entre renforcement musculaire, souplesse et la préparation des différents

mouvements qu'elles présenteront lors des compétitions. Deux équipes sont inscrites en niveau 8 et une en niveau 7.

Depuis le mois d'octobre, Benjamin et Mélissa sont venus en renfort de l'animateur afin de permettre à l'ensemble des filles d'être entourées et conseillées au mieux.

### \* **MARPA St Sauves :**

Depuis le début novembre, suite à différents ateliers effectués avec le CLIC, et au salon Bien Vieillir, notre animatrice ASTRID, intervient à la MARPA de St SAUVES auprès des résidents.

lors des séances d'activités physiques, Astrid leur permet ainsi de découvrir divers ateliers (gym douce, sarbacane, marche, etc). Le but de cette action est d'aider les résidents de la MARPA de St Sauves à trouver une activité qui leur plaît et qu'ils pourront continuer par la suite et ainsi garder une pratique d'activité physique, bien sûr favorable pour la santé, mais également pour le lien social...



### \* **Nouvelle activité :**



L'Association T'Air Aventure, sans cesse en quête de nouvelles activités, vient d'acquérir des flèches en mousse afin de conquérir les fans de « Robin des bois », « Hunger games » ou de la série télévisée « Arrow ».

**Pas besoin d'être un pro du tir à l'arc, ou d'avoir du sang d'elfe des bois dans les veines : tout le monde peut jouer et se faire plaisir...**



*Associativement  
Jean-François & Astrid*