



T'Air Aventure
Association loi 1901
63240 Le Mont Dore

Portable : 06.08.85.44.71
Email : t.air.aventure@orange.fr
Site : <http://tairaventure.jimdo.com>

JOURNAL des T'AIRIENS

Septembre 2018

Sommaire :

- ✓ *Marchons dans campagnes*
- ✓ *Nouveauté*
- ✓ *Reprise des cours*
- ✓ *Infos*



Marchons dans nos campagnes :

L'association T'Air Aventure, participe à cette action organisée par le C.R.O.M.S. (Comité Régional des Offices Municipaux du Sport Auvergne Rhône-Alpes). L'association est présente dans les communes suivantes :

Dans le Puy de Dôme :

- ✓ **Murat-le-Quaire** ; les lundis après-midi de 14h à 15h
- ✓ **Tauves** ; les lundis après-midi de 14h à 15h

Dans le Cantal :

- ✓ **Allanche** ; les mardis après-midi de 14h à 15h
- ✓ **Riom-ès-montagnes** ; les vendredis matin de 10h à 11h
- ✓ **Jaleyrac** ; les jeudis matin de 10h à 11h

A partir du 13 septembre 2018 aux horaires ci-dessus, des balades encadrées par des animateurs qualifiés sont proposées aux seniors. Par temps de pluie, des séances d'activités physiques adaptées seront proposées en salle. Ces activités sont accessibles à tous et gratuites.



Nouveauté

En cette nouvelle rentrée, l'association ouvre une nouvelle section sur la commune de Bourg Lastic. Les activités dérouleront tous les mardis soir à la salle de la mairie :

- ✓ Une séance de renforcement musculaire de 18 heures à 18 heures 45.
- ✓ Une séance de Qi Gong de 19 heures à 20 heures.

Pour tous renseignements, vous pouvez appeler au 0608854471.



Reprise de cours

Pour l'ensemble des autres activités, la reprise se fera tout au long du mois de septembre.

- ✓ Dès lundi pour les folles séances de renforcement musculaire
- ✓ Dans le mois pour le tir à l'arc
- ✓ Pour le Pilates (se renseigner auprès de l'association)



Infos

Concernant les cours de gym, nous sommes en attente d'un accord avec la commune de Bourg-Lastic...

Associativement
Jean-François & Astrid