



TOUR

BULLETIN MENSUEL
DES ASSOCIATIONS
DE VEUREY-VOROIZE
600 EXEMPLAIRES

FÉVRIER 2013

202

TOUR



SAVEURS ET ÉPICES

EXPO ET ANIMATIONS
À LA MÉDIATHÈQUE

Fitness Ados : une rentrée très réussie !!!

Cette année nous proposons un cours supplémentaire de fitness ados, soit 2 cours par semaine, le mardi et le jeudi, qui rassemblent plus de 30 adolescents, sous la direction de nos 2 coachs sportifs diplômés.

Deux entraînements par semaine, c'est le minimum pour avoir un réel impact sur la santé et permettre de réaliser des progrès rapidement.

Cette initiative a été accueillie avec enthousiasme, à chaque séance nous avons entre 25 et 30 participants qui viennent bouger et se défouler dans une ambiance sympa.

CIRCUIT TRAINING LE MARDI

Le mardi la séance de « fitness ados » se déroule dans le nouvel espace dojo et préparation physique. Cette entraînement est orienté préparation physique, sous la direction de Jérôme, très attentif à l'exécution correcte des différents mouvements.

Cette séance permet aux adolescents de développer les grandes qualités physiques de manière harmonieuse.

Les exercices s'enchaînent sous forme d'un circuit-training rythmé par un timer et de la musique qui séquence les temps de travail et de repos.



FIT PUMP ET JEUX DE COHÉSION LE JEUDI

Le jeudi la séance de « fitness ados » se déroule dans la toute nouvelle salle des fêtes. Cet entraînement est dirigé par Christian et orienté sur le concept des cours collectifs, avec du fit-pump et des jeux de cohésion.

La bonne humeur et l'enthousiasme sont de rigueur pour cette activité qui rassemble des jeunes motivés et débordants d'énergie.

Si vous souhaitez débiter l'année en suivant ce programme sportif et ludique, rejoignez-nous le mardi de 18H15 à 19H15 et le jeudi de 19H15 à 20H15 en vous présentant au cours avec une tenue sportive.

Judo : les benjamins démarrent la saison en fanfare !!!

Lors du premier circuit départemental à Crolles, les benjamins se sont particulièrement bien illustrés pour cette première année.

Dans la catégorie de -66, José Amador se classe 1^{er} en remportant tous ces combats par ippon.

Giulana BRAMBILLA se classe 3^{ème} dans la catégorie des moins de 28kg en faisant preuve de combativité.

Notre troisième combattant, Coussaila ATTIA se classe à une belle 7^{ème} place dans une catégorie très relevée.

Leur professeur, Mandy, était particulièrement satisfaite de cette première sortie qui permet de tracer les points techniques à améliorer en ce début de saison.

Leur prochain rendez-vous est le 26 janvier pour la 2^{ème} étape de circuit départemental qui sert de tournoi qualificatif pour le championnat départemental.



Retrouvez toutes nos activités sur notre site internet : <http://www.hyoshisports.fr>

Les membres du comité directeur et les professeurs vous donnent rendez-vous l'année prochaine et vous présentent leurs meilleurs vœux pour l'année 2013.

Nouvelle "corde"

Une corde de plus

à notre arc.

Au cmev... club

d'escalade, normal, non ?

Et si cette corde avait la

forme d'un ski ? D'un ski de fond.



Le ski de fond ? Une discipline ringarde !! C'est ce que l'on entendait souvent avant l'avènement du skating.

Nous avons la chance d'avoir parmi nous un moniteur bénévole, dévoué, compétent et bien décidé à développer au club cette activité. Pas de doute que Pascal, secondé par Monique, avec son enthousiasme communicatif, va parvenir à entraîner un groupe derrière lui.

La première séance fut lancée le 6 janvier à Autrans avec 9 participants(es). Heureusement ce jour-là les « débutants » étaient soit très doués soit bien agueris. En effet la « leçon » se déroula sur la piste super jaune de Gève.... Magnifique toboggan habituellement réservé aux skieurs confirmés plutôt qu'aux néophytes. Nos soi-disant apprentis ont avalé plus de 20 Km en moins de 2h. Heureusement qu'un ou deux un peu moins rapides les ont quelque peu ralentis. Cela promet pour la suite, pourquoi pas à la prochaine foulée blanche ? Bref, belle première, bien appréciée de nos « débutants ».

Trois autres sorties, vraies initiations, celles-là ont eu lieu en janvier et quatre autres sont programmées ce mois. Trois, les vendredis 8, 15, 22 et une le lundi 11.

D'autres dates de sorties neige :

Dimanche 17 février	sortie ski de rando et raquettes.
Dimanche 24 mars	sortie ski rando, raquettes
L'habituel WE ski rando, raquettes se déroulera les 12, 13 et dimanche 14 avril. Lieu à définir, hébergement en refuge.	

**Vous pouvez retrouver toutes ces dates
sur la page agenda notre site.**

<http://www.club-montagne-veurey.fr/agenda/>

**L'assemblée générale du club s'est tenue le mois
dernier dans une ambiance récréative.**

**L'ensemble du compte rendu se trouve à votre
disposition sur notre site.**

Le bureau a été reconduit ainsi :

- Bruno Roux, président
- Pierre Popelin, secrétaire
- François Bigay, trésorier

**Accompagnés de tous les membres dynamiques
qui font vivre nos différentes activités.**

Saveurs et épices

Exposition et animations à la médiathèque

[du samedi 26 janvier au samedi 6 avril]



MÉDIATHÈQUE
DE VEUREY

Venez éveiller vos papilles... humer des senteurs exotiques... rêver... découvrir des livres gourmands...

Dans le cadre de l'expo, des rendez-vous vous sont proposés :

Pour les adultes et les ado (à partir de 15 ans), atelier d'écriture inspiré par les goûts, les couleurs, les senteurs des épices, suivi d'une dégustation de pain d'épices accompagné d'une boisson épicée...

Samedi 9 février, 11h-12h

Samedi 15 février, 11h-12h

Samedi 16 mars, 11h-12h

Samedi 23 mars, 11h-12h

Samedi 30 mars, 11h-12h

Pour les enfants et leurs parents, atelier jeux sur le thème des épices :

Mercredi 6 février de 14h30 à 15h30

Mercredi 13 février de 15h30 à 16h30

Mercredi 20 février de 16h30 à 17h30

Mercredi 13 mars de 17h30 à 18h30

Mercredi 20 mars de 14h30 à 15h30

Mercredi 27 mars de 15h30 à 16h30

Mercredi 3 avril de 16h30 à 17h30



Inscrivez-vous à la médiathèque

Par téléphone : 04 76 85 54 20

Par mail : mediatheque.veurey@wanadoo.fr

[Février 2013]

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU COMITÉ DE JUMELAGE**Mercredi 13 février à 20h30 Espace Michel-Brunel**

Ordre du jour : Élection du bureau
Projets 2013
Nous vous attendons nombreux.

[Mercredi 13 février]

KASSUMAY

**Inauguration reportée !**

Le voyage prévu en décembre n'a finalement pas pu avoir lieu comme nous le craignons... L'inauguration prévue du lycée Daniel-Zenatti à Niaguis en Casamance est donc reportée en novembre 2013 avec une nouvelle délégation de l'équipe communale de Veurey.

5 membres de l'association ont pu se rendre malgré tout sur place à des dates décalées. Ils ont emporté les courriers, panneaux et dessins aux écoles parrainées.

La soirée prévue du 9 février est annulée également.

Merci à tous ceux qui soutiennent les projets et actions de l'association, parrains, donateurs et sympathisants. Nous vous donnons rendez-vous pour notre assemblée générale.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ASSOCIATION KASSUMAY**Vendredi 1^{er} mars à 20h Espace Michel-Brunel**

Ordre du jour : Compte rendu des voyageurs
Bilan des actions et parrainages
Élection bureau
Projets 2013

[Vendredi 1 mars]

Ven 1 ^{er} fév	Soirée jeux, 19h30, SDF*
Du 2 fév au 6 avril	Expo et animations "Saveurs et épices" médiathèque Veurey
Sam 2 fév	Soirée Carlton's, 19h30, SDF*
Lundi 4 fév	Don du sang, 17h-20h, Veurey SDF*
Mer 13 fév	AG du comité de jumelage, 20h30, EMB*
Dim 17 fév	Rando raquettes avec le CMEV
Dim 17 fév	Atelier "vertus des plantes et fleurs" 10h-17h ferme Lespinasse
Dim 24 fév	Expo orchidées 14h-17h ferme Lespinasse

[Mars 2013]

Ven 1 ^{er} mars	AG de l'association Kassumay, 20h, EMB*
Dim 24 mars	Rando raquettes avec le CMEV

[Avril 2013]

du 12 au 14 avril	Rando raquettes avec le CMEV
----------------------	---------------------------------

*EMB : Espace Michel-Brunel (Médiathèque)
*SDF : Salle des Fêtes

Responsable publication	Elisabeth Piolet
Comité de rédaction	Elisabeth Piolet 53 92 43 Viviane Bret 53 80 62 J-Marie Thiéry 53 88 70
Corrections	Nicole Destenave
Couverture mise en page, dessins	Couleur Locale 06 70 52 13 61
Photos	Associations
Impression	Alpha.Doc

Aux associations

Envoyez désormais
vos articles et photos
avant le 15 du mois en cours
(pour une parution le mois suivant)
sur touratou@gmail.com

