

NOUVEAUTÉ 2024/2025
COURS DE PILATES

Le jeudi 17h30-18h30
Gymnase Jean le Bail

NOUVEAUTÉ 2024/2025
COURS D'ARABE

Le mardi 17h30-18h30
Espace Associatif Charles Silvestre

NUMÉRO 2 - OCTOBRE 2024 | ATSCAF HAUTE-VIENNE

L'ÉPIQUE

ATSCAF87

Saison 2024-2025

**ENCORE UNE
BELLE SAISON
QUI S'ANNONCE !**

En espérant qu'elle soit, juste, un peu moins humide que la précédente.
Ce qui ne nous n'empêchera pas, quoi qu'il arrive, d'arroser les nombreux succès à venir.

Avec modération, bien évidemment !

RANDONNÉE PÉDESTRE

Marche et rêve ! À la (re)découverte des paysages de la Haute-Vienne

Tous les ans, la section Randonnée de l'ATSCAF87 vous propose, un samedi sur deux, de venir arpenter les sentiers de randonnée afin de (re)découvrir la richesse du patrimoine naturel du département. Programme des randonnées de septembre à décembre :



« Circuit de la lande de Frochet » à Bussière-Boffy (07/09)



« Sentier des moines » à Grandmont (21/09)



« Circuit des clochers et des étangs » à Saint-Léonard (05/10)



« Des villages en Pays d'Oc » à Blond (19/10)



« Entre monts et vallées » à Saint-Laurent les églises (02/11)



« Le tour du bourg » à Compreignac (16/11)



« Chemin des collines » à Saint-Hilaire les Places (30/11)



« Boucle de la Borie » à Solignac (14/12)

BADMINTON reprise

Rendez-vous tous les vendredis midi !

La section Badminton de l'ATSCAF87 a officiellement repris ses activités début septembre ! Après deux séances réussies, nous vous attendons à nouveau ce vendredi pour partager un moment sportif et convivial.

EDDY CHANNAUX

Quand ? Chaque vendredi, de 12h15 à 14h00, retrouvez-nous pour une pause badminton. Cette plage horaire, entre midi et deux, est parfaite pour une séance rapide et efficace, idéale pour se détendre et se ressourcer en pleine journée.

Qui ? Que vous soyez un habitué ou un nouveau venu, cette séance est ouverte à tous. Que vous souhaitiez perfectionner vos coups ou simplement passer un bon moment entre amis ou collègues, vous êtes les bienvenus. Tous les niveaux sont acceptés, du débutant au joueur confirmé.

Où ? Les séances se déroulent au gymnase GRELLET. Raquettes et volants sont disponibles sur place pour ceux qui n'ont pas leur propre matériel.

Nous espérons vous voir nombreux ce vendredi. Venez profiter de ce moment sportif et convivial pour vous détendre, vous amuser et vous dépasser ! À vendredi, raquette en main et sourire aux lèvres !



Pourquoi ? Le badminton est un sport complet, ludique et accessible à tous. C'est une excellente façon de reprendre une activité physique régulière après la pause des vacances. En plus de solliciter la coordination, les réflexes et l'endurance, il permet aussi de se dépenser tout en s'amusant. La convivialité est au cœur de ces séances, et c'est une belle occasion de rencontrer d'autres membres.

Comment ? Aucune inscription préalable n'est nécessaire. Contactez Eddy CHANNAUX (06 48 91 84 39) ou Damien BILY (06 76 02 71 01) pour nous avertir de votre venue. Puis venez simplement avec votre tenue de sport et l'envie de bouger ! Si vous avez des questions ou des besoins particuliers, vous pouvez aussi nous contacter pour obtenir plus d'informations.

CNIF 2024/2025 résultats et tirages

PÉTANQUE : en déplacement en Vendée pour le 1^{er} tour, l'équipe de pétanque s'est, malheureusement, inclinée et ne verra pas le 2^{ème} tour.

TENNIS MASCULIN : exempte de 1^{er} tour, l'équipe masculine de tennis se déplacera, pour le 2^{ème} tour, en Charente-Maritime, le week-end du 16/17 novembre .

TENNIS féminin : pour le 1^{er} tour, l'équipe féminine de tennis recevra le Maine et Loire, le week-end du 16/17 novembre.

FOOTBALL : brillamment qualifiée*, lors du 1^{er} tour, grâce aux forfaits de la Charente-Maritime et de l'Indre et Loire, l'équipe de football ira disputer, le week-end du 14/15 décembre, le 2^{ème} tour (pour la 2^{ème} année consécutive) dans les Landes. Elle y affrontera le Cher (pour changer), les Mouches** du Rhône et les Landes.

*Je sais, c'est puéril de se vanter d'une qualification par forfait mais, comme on dit, «à vaincre sans puéril...».

**Désolé. Erreur de frappe. Presque pas fait exprès !

COURSE À PIED running du château de Versailles

JACQUES CARROIS

Hello tout le monde !

Le Roy nous avait convié à un petit run en petit comité dans le parc de son château ce dimanche matin 20 Octobre pour la 12^{ème} édition du running du château de Versailles.

Au programme la course Royale de 15kms, la course des Princesses de 8kms (bon, beaucoup de princes inscrits sur cette course-là et le tutu était presque de rigueur) et la marche Royale de 8kms sans compter les courses enfants (2kms et 400m).

Du monde beaucoup de monde : 22 000 personnes avec départ par vagues dans une ambiance de folie ! Départ près du petit Trianon et contournement du grand Canal (installation des Jeux encore présente). Pour le 15kms, passage près de la ferme de Marie-Antoinette et de son jardin anglais. Très beau circuit, relativement plat malgré quelques faux plats assez longs.

Pas de pluie mais condition assez humide avec pas mal de boue.

Grand bravo à Anne-Marie pour le 8kms marche Royale (plus de 2000 personnes) en 1h17 (sans les bâtons, s'il vous plait) et à sa petite fille pour le 400m enfants.

Bravo à Bernadette pour la course des Princesses (10 000 personnes) en 1h04 (prises de photos comprises), 2^{ème} de sa catégorie.

Quand à moi, j'effectue le 15kms course Royale (10 000 personnes) bien tranquillement en 1h33', 8^{ème} de ma catégorie.

Très, très belle manifestation adaptée à tout public. À refaire absolument ! A bientôt



LA SEMAINE DE L'ATSCAF87

LUNDI 18h00 : TRIATHLON COURSE À PIED

MARDI 12h30-13h30 : YOGA (gymnase Jean Macé)

MARDI 17h30-18h30 : COURS D'ARABE (espace Charles Sylvestre)

MARDI 17h45 : COURSE À PIED et MARCHE NORDIQUE

MERCREDI 12h15-13h15 : AÏKIDO (dojo Henri Normand)

JEUDI 12h30-13h30 : BASKET (gymnase Jean Macé)

JEUDI 14h15 : MARCHE NORDIQUE

JEUDI 17h30-18h30 : PILATES (gymnase Jean le Bail)

JEUDI 17h45 : COURSE À PIED

VENDREDI 12h15-13h15 : AÏKIDO (dojo Henri Normand)

VENDREDI 12h15-14h00 : BADMINTON (gymnase Grellet)

VENDREDI 17h15-20h15 : TENNIS-SQUASH-PADEL (Bas-Fargeas)

SAMEDI tous les 15 jours : RANDONNÉE

DIMANCHE 9h30 : COURSE À PIED

...et parfois, EN SEMAINE, en des lieux divers et variés : FOOTBALL