

ATSCAF HAUTE-VIENNE SAISON 2020/2021

20€

10€

30€

0€

ADHÉSION PRINCIPALE

ADHÉSION SECONDAIRE

FORFAIT FAMILLE

ENFANTS JUSQU'À 16 ANS

hautevienne.atscaf.fr

# LE POPU L'AIR

DE RIEN → ATSCAF HAUTE-VIENNE

NUMÉRO 1 - SEPTEMBRE 2020

« Citius, altius, fortius, radius »

## Un *Maxs*QUE et ça repart !



■ SAISON 2020/2021. Nonobstant les quelques difficultés qu'elle a été amenée à rencontrer ces derniers temps, l'ATSCAF87 a repris ses activités avec, toujours, autant de motivation et d'énergie. Tant qu'il y a de l'envie, il y a l'ATSCAF.

## ATSCAF Haute-Vienne → L'actu des sections

### COURSE À PIED-MARCHE NORDIQUE ■ Reprise

La nouvelle saison de la section course à pied-marche nordique est lancée.

Dès la fin du confinement, les jambes ont repris du service et l'été a même été actif.

Il convient, en effet, de bouger, en respectant bien sur les règles sanitaires, pour booster les défenses immunitaires et combattre ainsi le méchant virus !

Jacques C.

### COURSE À PIED

La plupart des courses ont été annulées ce printemps et ce début de saison et les déplacements prévus hors des frontières haute-viennoises n'ont pu avoir lieu. Ce n'est que partie remise bien sûr. Les entraînements ont repris en juin, pris en main (en pied plutôt) par coach Salva et ne se sont guère arrêtés pendant la période estivale.

Les terrains de jeux pour les entraînements sont le mythique bois de la Bastide, les bords de Vienne et, l'hiver, le stade de Beaublanc. Bien sûr, rien n'est figé et de nouveaux circuits peuvent être utilisés.

Les nouvelles recrues (simples joggeurs ou compétiteurs) seront, bien sûr, accueillies avec plaisir. La section est très conviviale, sans prise de tête.

Les entraînements ont lieu le dimanche matin (9h-9h30 selon la saison), généralement au bois de la Bastide et le mardi et le jeudi 17h45 (bords de Vienne, Beaublanc).

Pour le fun et la motivation, la section participe à quelques compétitions locales, nationales voire internationales. Eh oui ! ■

Contacts :

Isabelle 06 85 09 86 10

[isabelle-j.bertrand@dgfip.finances.gouv.fr](mailto:isabelle-j.bertrand@dgfip.finances.gouv.fr)

Joe 06 31 47 57 18

[josette.gay@dgfip.finances.gouv.fr](mailto:josette.gay@dgfip.finances.gouv.fr)

### MARCHE NORDIQUE



Si vous voulez aller moins vite mais faire travailler le haut du corps avec une bonne dépense énergétique, vous pouvez essayer la marche nordique.

Les entraînements ont lieu les mardis 17H45 bord de Vienne, La Bastide ou Panazol (durée 1H15 1h30). Les Jeudis 14h15 rendez vous au bois de la Bastide pour des sorties le plus souvent à l'extérieur de la ville (Bonnac-la-Côte, Ambazac...) durée 1H30 1H45 selon la météo. Nous pouvons également participer à quelques manifestations marche nordique dans le département ou à l'extérieur.

La section possède quelques paires de bâtons de toutes tailles. N'hésitez donc pas à faire quelques pas avec nous ! A bientôt dans la section. ■

Contact :

Jacques C. 06 83 86 09 80  
[jacques.carrois@wanadoo.fr](mailto:jacques.carrois@wanadoo.fr)

### RANDONNÉE PÉDESTRE ■ La tourbière des Dauges

Avec l'arrivée de septembre, la section randonnées pédestres a remis ses chaussures pour parcourir à nouveau les très nombreux chemins balisés mis à la disposition des randonneurs dans le département.

Annick BELANGEON



Le 12 septembre, le 1<sup>er</sup> circuit du programme nous a fait redécouvrir, sublimés par un magnifique soleil, les paysages sauvages et préservés de toute pollution de la tourbière des Dauges à Sauvagnac, et admirer un superbe panorama sur nos monts limousins depuis le chaos granitique dit des "Pierres branlantes". Nous étions dix à profiter de ce moment privilégié.

La section, dont le programme (jusqu'en décembre) figure sur le site de l'ATSCAF87, souhaiterait accueillir de nouveaux participants à cette activité très bénéfique pour la santé. ■

**Prochaine sortie : les coteaux de la Breuilh, le samedi 26 septembre.**

Contact :

Annick BELANGEON 05 55 38 28 18 ou 06 87 58 44 48

**Nouveau :** à compter du jeudi 1<sup>er</sup> octobre, l'ATSCAF87 vous propose de nouvelles randonnées pédestres tous les jeudis après-midi.

**Jeudi 1<sup>er</sup> octobre : Nieul 15km.**

Le [programme](#) est disponible sur le site ATSCAF Haute-Vienne.

Contact :

Danielle DELOUTRE 05 55 34 49 28 ou 06 89 43 64 77

[pdeloutre@free.fr](mailto:pdeloutre@free.fr)

### ■ EN BREF

### FOOTASSIETTE ■ Reprise (de poids)



De retour d'Ibizou, cinq Avendangeurs ont été testés positifs au Grobide-19...



...et deux au Pastic-51 et au Get-27 (avec modération, cela va de soi sans dire) !