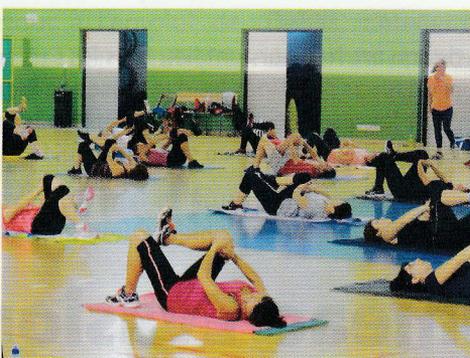


« Espace » La Gym Volontaire : section dynamique du Séméac Olympique

Présidente de la section du S.O.Gym Volontaire, Nathalie Lac-Bourdette, crinière brune et sourire collé aux lèvres mène sa section depuis 20 ans. Diplôme d'animateur en poche et qualification de marche rapide, après 2 années au CREPS de Toulouse, elle entre au réseau EFFORMIP pour passer une habilitation pour les personnes ayant des pathologies sur suivi individualisé avec le médecin. Ses cours sont d'une variété très attractive, chacun peut y trouver son plaisir : step, gym tonique, body sculpt, stretching, Zumba, aquagym, ce ne sont pas moins de 250 adhérents de 16 à 80 ans qui bénéficient des cours pour un tarif annuel de 75€. Nathalie, qui s'occupe du club en dehors de son travail personnel, est entourée d'une équipe composée de 9 personnes bénévoles qui donnent leur temps sans compter.



Ce qu'elle aime avant tout c'est apporter du bien-être aux gens qui, dit-elle, le lui rendent bien ; un bel exemple de réciprocité dans le vivre ensemble. Toujours en quête de nouveautés, Nathalie vient de créer une section «Baby-gym» où parents et bébés pratiquent ensemble les exercices physiques.

Ses coordonnées :
06 19 06 06 43
ou par mail au 0619060643@sfr.fr

S.O. Tir à l'arc : Championnat de France 3D

De l'argent pour Ludivine Simon et Eric Marchand



Le week-end des 13 et 14 Août 2016 a eu lieu à Bonneval (28) pour les championnats de France de tir à l'arc sur cibles volumétriques en 3D. Ce championnat était le dernier à se dérouler sous cette forme car le règlement de cette discipline a adopté les modifications nécessaires pour coller au règlement international. 4 Séméacais ont été sélectionnés pour cette compétition de haut niveau : Morgann Simon benjamin garçon, Ludivine Simon cadette fille, Nanou Frenet Marchand vétérane femme et Eric Marchand vétérane homme. Près de 600 archers se présentaient sur le podium pour 2 parcours.

Chez les jeunes, Ludivine Simon, qui portait le drapeau du Séméac Olympique, très attendue, inquiétait ses jeunes adversaires. Après 10 heures de compétition, elle a obtenu une très belle médaille d'argent. Son jeune frère, pour sa 1^{ère} année de tir à l'arc, termine 4^e au classement final, ce jeune garçon a montré des qualités prometteuses.

Chez les vétérans, Nanou Frenet Marchand, n'aura pas réussi à accrocher un podium cette année et termine 5^e. Eric Marchand, a décidé cette année de se frotter aux cadors. Bien lui en a pris : il monte de manière grandiose sur la deuxième marche. Bravo à ces archers qui représentent dignement non seulement la discipline du tir à l'arc, mais aussi toutes ses grandes valeurs.