



Pays de Fayence SPORTS

OMNISPORTS

La caravane du sport fait escale

Montauroux Aux Estérets du Lac, de nombreuses activités pour tous ont été proposées par la Fédération "Sports pour tous", en partenariat avec l'association Loisirs et fêtes.

La caravane du sport est un club mobile de la Fédération française Sports pour tous. Il est conçu pour organiser des événements, en priorité dans les territoires les plus isolés. Chaque manifestation est l'opportunité de réunir des personnes, d'évaluer leur condition physique, de découvrir de nouvelles activités physiques, d'échanger sur les métiers du sport, de développer une activité ou un club. Ces journées découvertes s'adressent à des pratiquants ou non pratiquants de tous âges.

Un programme dense

La caravane répond aussi à la volonté de recentrer l'action sur l'accessibilité des sports de loisir, d'accroître la notoriété de la Fédération, de renforcer la proximité. La première étape du « road tour » en France a fait escale à Montauroux, dans le quartier des Estérets du Lac, avec l'association Loisirs et Fêtes, qui a accueilli la caravane Sports Pour Tous (SPT). La directrice, Katia Veysièrre, raconte les raisons de la venue de cette dernière : « Nous voulions sensibiliser les adhérents des clubs aux bienfaits des activités physiques et sportives régulières grâce à des animations et des initiations gratuites et adaptées à tous. »



Les seniors ont participé à cette journée découverte de Sports pour tous..

(Photo C. G.)

Une quarantaine d'adhérents (de 4 à 85 ans) a répondu présent et découvert des activités sportives, animées par Séverine Dufour, assistante technique régionale à la fédération du SPT. Le président de Loisirs et Fêtes, Gilles Vistos, l'a remerciée « pour le déroulement des animations proposées et son énergie communicative ». Le programme était dense avec des initiations au speed-ball (sport de raquette), des échauffements ludiques, des parcours

d'équilibre, des circuits-training, de l'expression libre et un cours de renforcement musculaire basé sur la mobilité des animaux (les mamans s'en souviendront longtemps !). Grâce à ce partenariat réussi entre la Fédération Sports Pour Tous et Loisirs et Fêtes, marquant la fin du premier cycle gratuit des ateliers « Équilibre », deux programmes Passerelle de « Lutte contre la sédentarité » et subventionnés par l'Etat, vont être mis en place aux

Estérets avec son animatrice diplômée et formée au Sport Santé. Le premier s'adresse aux adolescents avec des ateliers de paroles autour des méfaits de la sédentarité sur la santé, une sortie VTT et une randonnée nocturne. Le deuxième, mis en place début juin, est réservé aux seniors désireux de conserver une bonne mobilité et soucieux de leur santé.



C. G. Echauffement ludique avec des rubans de gym rythmique). (Photo C. G.)

Plus d'infos auprès de Katia Veysièrre au 06 65 33 42 01. Mail : contact@lesesteretsdulac.fr