



COURS ■ En salle ou à la piscine, 56 activités sportives hebdomadaires

L'Algam en excellente santé

L'association sportive de l'agglomération, l'Algam, propose 56 activités et se porte comme un charme, comme l'a montré l'assemblée générale à la salle des fêtes de Moulins.

Stéphanie Ména

stephanie.mena@centrefrance.com

Forte de ses 1.035 adhérents et de ses 17 animateurs, l'Algam, présidée par Hélène Kozma-Paul, a prouvé son excellente santé, lors de son assemblée générale (*). Les adhérents présents ont donc renouvelé leur confiance envers l'équipe dirigeante en adoptant à l'unanimité les rapports (moral, financier et d'activité) et en votant le budget prévisionnel à l'unanimité.

Deux nouveaux membres ont été élus et rejoignent l'équipe dirigeante : Mireille Burtin et Camille Fick. Les bénévoles Jacqueline Montagnier et Gérard Allier se sont vus honorés pour leur fidèle implication.

Yago, pilates, body barres, gym douce...

Exactement 56 activités sont proposées aux adhérents chaque semaine : en salle (pilate – body barre – zumba – zen ball – renforcement musculaire -



BILAN. Forte de ses 1035 adhérents et de ses 17 animateurs, l'Algam, présidée par Hélène Kozma – Paul, a prouvé son excellente santé, lors de son assemblée générale. PHOTO PHILIPPE BIGARD

yoga), en pleine nature (marche nordique) ou encore au centre aquatique l'Ovive (aquagym et natation). Sans oublier les activités parent/enfant.

L'Algam estime que la pratique physique et sportive est un facteur d'épanouissement de la personne, ce qui a conduit l'association à mettre en place du sport santé cette saison.

Deux cours de sport santé sont proposés : gym cœur et marche nordique

adaptée. Pratiqués en petits groupes, ils s'adressent à des personnes présentant certains risques (surpoids, maladies cardio-vasculaires, diabète...) ou désirant reprendre une activité physique. Ils s'ajoutent à un cours déjà en place à destination de personnes souffrant de problèmes d'équilibre.

L'Algam poursuit donc sa mission de mettre à la disposition de tous une offre d'activités physiques adaptées et variées, pour

un coût abordable grâce à la mise à disposition gratuite des salles par les collectivités locales. ■

(*) en présence de Patrick Tavernier, président départemental de la Fédération Sport pour tous à laquelle l'Algam est affiliée, et des représentants des trois communes de l'agglomération, Johnny Kari pour Moulins, Amadou Faye pour Avernès et Jérôme Labonne pour Yzeure.

Pratique. Siège social : Palais des Sports, rue Félix Mathé, à Moulins
Téléphone : 04.70.44.19.44
Mail : algam03@orange.fr
Page Facebook : ALGAM Moulins