



Le Havre : rejoignez l'Association activités physiques pour adultes (AAPA) pour rester en forme !

Loisirs. De bonnes nouvelles pour l'AAPA (Association activités physiques pour adultes).

Ces derniers mois, l'Association activités physiques pour adultes (AAPA), qui va fêter ses 45 ans en octobre, a enregistré deux bonnes nouvelles. La première est le retour à l'équilibre financier. « On a fermé trois cours. L'effectif était insuffisant. Mais grâce à la mobilisation des adhérents et des animatrices, on a pu maintenir l'effectif global de l'AAPA », explique son président, Michel Sauvage.

Un label

La seconde est l'octroi par la fédération Sport Pour Tous du label « Sports Santé Bien-être ». « Nous avons désormais une reconnaissance par rapport aux professionnels de santé et aux institutions. » Un autre label est attendu pour ces prochains mois par les animateurs de cette association présente au Havre (plusieurs sites) et dans une dizaine de communes de la pointe de Caux : « On devrait être labellisés par la Ville du Havre " Tous en forme " ». Avec ce label, l'association devra « intervenir dans les quartiers et être présente dans les projets urbains pour le sport ».

L'AAPA réunit près de 500 membres et emploie dix animatrices en CDI. Parmi ces adhérents, on ne recense qu'une douzaine d'hommes. Pourquoi cette faible proportion d'éléments masculins ? « Il y a cette tradition qui fait qu'on a du mal à avoir des hommes », répond d'abord M. Sauvage, avant d'ajouter : « Les hommes sont plus attirés

par les boîtes de gym ».

L'AAPA propose toute une gamme d'activités physiques : la gymnastique (diverses disciplines), le stretching, le renforcement musculaire, le cardio-training, le cardio boxe, la marche nordique, le yoga et la Zumba gold. Le cardio boxe a démarré en septembre dernier. « C'est de la gymnastique qui utilise les gestes de la boxe », précise le président. Un cours a lieu à la Fabrique Sainte-Catherine (Mont-Gaillard) « dans le cadre de l'appel à projet Le Havre en forme », et un autre à Montivilliers.

Vous êtes tenté(e) par les activités de l'AAPA ? Elle propose des cours d'essai gratuits. Le tarif est calculé selon la date de l'adhésion.

Contact

Tél. : 06 26 40 16 96 et 06 23 51 95 48 ; site Internet : aapa-lesportpourtous.simplesite.com ; présence sur Facebook.