



JANVIER 2024, NUMÉRO 5



CAPTALAT NEWS

Le bulletin d'information officiel du club "LES JEUNES DU CAPTALAT-GYM"



Nouvelle année ! Nouvelle saison !

Les Jeunes du Captalat
vous souhaitent une
excellente année
2024



UN DÉBUT DE SAISON SUR LES CHAPEAUX DE ROUE...

PAR CHRISTOPHE BOY

Bienvenue dans ce numéro 5 de notre newsletter et une excellente année 2024 à tous !

Cette saison s'annonce d'ores et déjà très intéressante pour le club.

En effet, nous avons rencontré un immense succès au forum des associations en septembre dernier, le club a déjà déjà dépassé les 530 licenciés, le Parkour s'est déjà bien installé dans la salle et à ses abords, une vente privée de notre partenaire 9.9 ainsi que 2 ventes groupées (parkour et gym) se sont déjà déroulées d'autres vont suivre), les compétitions ont repris et enfin l'assemblée générale s'est déroulée en novembre dernier.

Bref, beaucoup de travail pour le bureau, ce qui a retardé la parution de cette newsletter n°5 !!!

Félicitations à notre équipe de France GAF qui a pris la médaille de bronze aux championnats du monde et s'est qualifiée pour les Jeux Olympiques 2024 ! *L'air de La Teste leur aura sûrement fait du bien cet été !*

BONNE LECTURE ET BONNE ANNÉE À TOUS !!

DANS CE BULLETIN D'INFORMATIONS :

L'actualité du club - page 2

Le tuto vidéo du : Parkour - page 2

"Le saviez-vous ?" : Gym Santé - page 3

Calendrier et bénévoles - page 3



DUPUCH MENUISERIE SERVICE

Menuiseries : Alu/PVC/Bois

Volets Roulants

Véranda

Stores Ext. et Int.

DMS

05 56 26 44 75

8 avenue de la Libération - 33380 MIOS

RGE QUALIBAT

L'ACTUALITÉ DU CLUB :

LE FORUM DES ASSOCIATIONS A ÉTÉ UN SUCCÈS !

Bien avant l'ouverture officielle du forum, ce 2 septembre, nous étions déjà submergés de questions, d'inscriptions d'enfants qui essayaient nos installations gym et parkour !

De 10h à 13h, nous n'avons pas connu de repos ! Un grand merci à tous d'être passés nous voir sur notre stand ! La journée est passée très vite !



LE CLUB A ORGANISÉ 2 VENTES GROUPÉES

Les Jeunes du Captalat ont organisé 2 ventes groupées Parkour et GYM permettant aux adhérents de s'équiper aux couleurs du club à des prix inférieurs à ceux de la boutique en ligne en économisant les frais de port.

D'autres ventes groupées viendront durant cette saison.



LE PARKOUR ARRIVE EN FORCE AU CLUB

David Andro, notre nouveau coach Parkour (et GAF) est extrêmement satisfait de ce début de saison qui a vu arriver une soixantaine de licenciés PARKOUR en partant des Débutants vers les Experts ! Le club a investi dans du matériel spécifique et le comité départemental a prêté son matériel, permettant ainsi à nos traceurs (c'est comme ça qu'on appelle les adeptes du parkour) de pouvoir s'exercer dans les meilleures conditions ! Deux d'entre-eux ont d'ailleurs participé au tournage d'un épisode des "bracelets rouges" !



BRAVO À NOS NOUVEAUX JUGES !

Plusieurs licenciées du club ont suivi les formations juge et ont validé celle-ci à l'issue de cette formation. Ces juges sont très importantes pour le club.

Félicitations à Emma (Juge Niv4), à Florine (Juge Niv2), à Alix, Daphné et Sorenza (Juges Niv1)



PREMIÈRE COMPÉTITION DE LA SAISON ORGANISÉE À LA TESTE : UN GRAND SUCCÈS !

Le club des Jeunes du Captalat Gym a organisé début décembre la première compétition de la saison : le championnat départemental GAM/GAF individuel. Ce fut un véritable succès avec beaucoup de monde et des bénévoles toujours au top. Pour l'occasion le club a inauguré le paiement par carte bancaire qui a très bien marché.

Ce succès nous a cependant amené à réfléchir à une organisation différente pour la prochaine compétition qui doit amener encore plus de monde à La Teste fin janvier afin de garantir une circulation fluide et le respect des zones réservées.

LES VIDÉOS DE :



Le parkour !



Flashez le code ci-dessus pour voir la vidéo sur votre smartphone

SUR CHAQUE NEWSLETTER, REGARDEZ UNE VIDEO POUR DÉCOUVRIR UN PEU PLUS ENCORE LES FIGURES GYMNiques OU LES ACTIVITÉS DES DIFFÉRENTES SECTIONS.

"Le saviez-vous ?

La gym santé / Gym+ 



Les Jeunes du Captalat proposent cette activité dans le cadre de leur label Qualiclub "Club affilié Argent".

En collaboration avec le Pôle Santé d'Arcachon, le club permet d'offrir aux patients récemment sortis d'hospitalisation un lieu de socialisation et de mobilisation physique, psychique et corporelle.

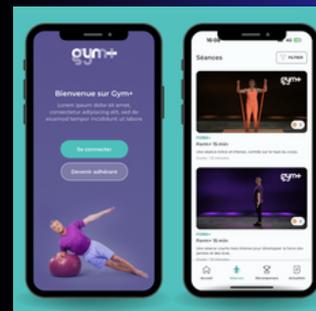
Chaque groupe d'une quinzaine de personnes maximum, à raison de 2 séances par semaine, est guidé et motivé par Mathilde, notre coach spécialement formée à cette Gym Santé. Chacun évolue à son rythme et en fonction de ses capacités physiques.

L'augmentation des adhérents à cette pratique (ajout d'un groupe cette année) est une réelle évolution positive de cette envie du club de rayonner sur le territoire dont il dépend et d'aller vers les personnes qui pourraient être éloignées de la pratique sportive pour leur montrer que chacun peut vivre sa pratique à son rythme et en ressentir les bienfaits au quotidien.

Si vous connaissez des personnes qui pourraient bénéficier de ces cours, n'hésitez pas à leur parler du club !

**La FFG vient de sortir :
l'Appli**

"adhérents "



QRcode de Lien vers la page du site ffgym pour télécharger l'appli :



CALENDRIER DU CLUB - DATES À RETENIR

Les Jeunes du Captalat accueillent cette année 4 compétitions de différents niveaux. Pour chacune d'elle, le club organise les entrées et une buvette qui permettent de financer le fonctionnement de l'association.
Afin de pouvoir organiser ces compétitions, nous avons besoin de bénévoles.

Si vous avez quelques moments à nous accorder sur ces weekends (1h peut déjà nous être utile !), merci d'ores et déjà de noter ces dates. N'hésitez pas à assister à l'assemblée générale à la fin de laquelle un pot sera offert aux bénévoles afin de commencer à caler les organisations (la première compétition arrive très vite !)

Un grand merci par avance à tous ceux et celles qui pourront nous aider !

- **27/28 janvier 2024** : Compétition à La Teste (besoin de bénévoles ! 😊)
- **17/18 février 2024** : Compétition à La Teste (besoin de bénévoles ! 😊)
- **16/17 mars 2024** : Compétition à La Teste (besoin de bénévoles ! 😊)
- **29/30 juin 2024** : Gala de fin d'année (besoin de bénévoles ! 😊)