

NOUVELLES DU CLUB « LE TREMPLIN » PRESLES

Décembre 2011

E-MAIL : LE CLUB A SON EMAIL PRIVE

Recevez les informations par mail en envoyant votre adresse à tremplinpresles@gmail.com
consultez les photos et les infos sur le site : <http://www.le-tremplin.be>.

SOUPER DU CLUB « LE TREMPLIN »

Merci à tous les participants à cette activité festive du club. Elle nous a permis de nous rencontrer de façon conviviale et de partager quelques moments avec les amis du club.

SAINT-NICOLAS AU CLUB « LE TREMPLIN ». Il arrive !!

Saint-Nicolas devrait être présent :

- le mercredi 30 novembre 2011 à la salle de sports de Roselies vers 15h00
- le samedi 3 décembre pour sa traditionnelle promenade sur l'eau (spécialité du club Tremplin) à la piscine de Biesme vers 9h00.

NATATION REINSCRIPTION **OBLIGATOIRE** – TRES IMPORTANT !!!!

NOUS VOUS DEMANDONS VOTRE REINSCRIPTION par le versement d'un acompte de 20 euros. Ceci est un gage d'une bonne organisation et permet de mieux gérer nos groupes. Nous avons beaucoup de demandes et une liste d'attente pour janvier 2012 !
Vous pouvez régler cet acompte à la piscine le 10 et le 17 décembre 2011. Cédrik notre trésorier et Alain votre secrétaire seront présents avec l'ordinateur pour encoder directement votre réinscription. Vous pourrez régler l'acompte directement chez eux ou sur le compte européen de l'ASBL Club « Le Tremplin »

IBAN : BE52 0011 6433 0709

COTISATIONS JANVIER 2012 à JUIN 2012

Votre cotisation (en tout ou en partie) doit être effectuée pour le 31 janvier 2012

Nous vous demandons de verser votre cotisation sur notre compte bancaire
Prévenir le secrétariat si vous réglez en plusieurs fois ! Pour une nouvelle inscription, ajouter les 16 euros pour la licence-assurance. Certaines **MUTUELLES** remboursent une partie de votre cotisation. Vous pouvez faire la demande pour 2012. Nous pouvons encore remplir les documents 2011.

ASSURANCE : 16 euros par personne pour les nouveaux membres.

<u>Heures</u>	<u>Colonne1 Adulte</u>	<u>Colonne2 Enfant1</u>	<u>Colonne3 Enfant2</u>	<u>Colonne4 Enfant3 et +</u>
1 heure	84€	84€	76€	42€
1h30	122€	122€	110€	61€
2h	158€	158€	142€	79€
2h30	191€	191€	172€	96€
3h	219€	219€	197€	110€
3h30	243€	243€	218€	121€
4h	256€	256€	231€	128€
4h30 et plus	260€	260€	234€	130€

ACTIVITES DE NOS SPONSORS

Vous trouverez en annexe

Les « Portes Ouvertes Centre de bien-être » chez Daphné Remy ». notre esthéticienne. Quelques propositions de menus, de souper de réveillons de nos sponsors. A diffuser sans modération.

Réveillon de nouvel an aussi avec quelques amis du club au restaurant « Le Bambois »
N'oubliez pas votre ami « **BOB** » <http://www.vroom.be/fr/actualite-auto/9374,bob-.html>

CALENDRIER FIN DECEMBRE 2011

ACTIVITES TELEVIE AISEAU-PRESLES

Marche « Rase-Mottes. Samedi 11 décembre 2010

Le Club «Rase-Mottes vous invite à sa 5ème marche au profit du **TELEVIE 2011** Le samedi 11 décembre 2010. Circuits fléchés de 4,6,12, 21kms départ de 7h00 à 15h00 Lieu de départ : Aiseau salon communal (Dins les Courtis) rue Lambot, 99 Aiseau (face à la poste).

Si certains d'entre vous le souhaitent, nous pourrions faire un groupe qui démarrerait par exemple vers 14h00 pour un 12 kms.

CALENDRIER 2012 DATES IMPORTANTES

Voici quelques dates à noter à votre agenda. Le calendrier complet sortira dans notre revue du mois de décembre 2011

11 et 12 février 2012 : Compétition régionale de gymnastique au Tremplin à Roselies
Nous accueillerons la compétition régionale du Hainaut filles de division 4

ET pour la 1^{ère} fois dans l'histoire du club, nous organisons la compétition régionale de gymnastique, garçons de division 3 à 5 du Hainaut et du Brabant.

Cela va nous faire beaucoup de monde à Roselies ! Nous comptons beaucoup sur votre aide afin de réussir avec nos entraîneurs, nos administrateurs et nos membres, cet événement exceptionnel dans notre région. Vous voulez-vous inscrire pour l'aide : inscrivez-vous au secrétariat : 071/383641 ou tremplinpresles@gmail.com

DIMANCHE 22 AVRIL 2012 : « **La Saint Georges au château et parc de Presles** »

Alain (Metzler) prépare une marche spéciale « La Ronde du château de Presles » dans le cadre de l'activité équestre de nos sponsors et amis Daniel et Didier Faïni. Bienvenue !

Le 31 MARS et 01 AVRIL 2012 : « **LA BELLE ET LA BÊTE** » **TELEVIE 2012**

Spectacle au « **Temps choisi** » à Gilly au profit du **TELEVIE**

Le samedi 31 mars 2012 à 20h00

Le dimanche 1^{er} avril 2012 à 15h00

Comédie musicale par la compagnie de Béatrice Fante Art Fantésies ». La compagnie qui a réalisé en collaboration avec l'ASBL club « Le Tremplin » le spectacle « Charles Quint » au profit du **TELEVIE**.

SAMEDI 23 JUIN 2012 : **4^{ème} TRIATHLON-TELEVIE ET FÊTE GYM ET DANSE**

Grand rassemblement de tous les membres, amis et parents du club »Le Tremplin » autour de ce 4^{ème} projet de solidarité et de notre 29^{ème} fête de gymnastique et de danse.

EQUIPEMENTS T-SHIRTS

Il nous reste des t-shirts du club (excellente qualité), venez les acheter le mercredi de 14h00 à 16h00 à la salle de sports de Roselies

T-SHIRT AVEC SIGLE DU CLUB 4-6-7-8 :

8 euros

T-SHIRT AVEC SIGLE DU CLUB S à XL 11 : 12 -14 ans.

9 euros

GROUPE « R » = GROUPE « AIR »

le groupe "R", créé en 2010 est devenu ce mardi 15/11/2011 le groupe « AIR »

- A** comme aérobique (endurance), actif.....
I comme intensif (suivant les aptitudes)...
R comme résistant (aux intempéries, maladies, etc...)

Mardi 29 novembre 2011: départ à 9h30 SAINT-GERARD

Rendez-vous à l'abbaye de Brogne à Saint-Gérard (facile à trouver : sur la grand-route entre Fosse et Ermeton)

durée de la marche : 2h30

Guide : Alain

difficulté : facile

Mardi 6 décembre 2011 départ à 9h30: BOUFFIOULX : Saint-Nicolas

Rendez-vous à la gare de Bouffioulx pour un départ à 9h30

durée de la marche 2h

Guide Claude

difficulté : facile à moyenne : une belle "montée" mais faisable par tous.

Après la marche : possibilité de visiter la poterie Dubois et aussi de déjeuner à la poterie: plats démocratiques. Claude va nous donner les renseignements pour la réservation.

Réservation chez Alain

ACTIVITES ALAIN

Pour tout renseignement concernant ces activités contactez Alain au 071/383641 ou par mail à : alainmetzler@gmail.com

INITIATION MARCHE NORDIQUE

Sur base de 5 à 10 personnes initiation à ce sport d'endurance en plein développement dans nos régions.

STRETCHING

Après la réussite d'un premier module qui se termine le vendredi 16 décembre 2011, un 2^{ème} module consacré lui aussi à la souplesse, à l'éducation posturale, le bien-être et la détente commencera le vendredi 13 janvier 2012. Un programme de 12 séances est établi suivant un calendrier établi par moi-même et remis aux membres lors de la 1^{ère} séance. Si une séance doit être supprimée exceptionnellement elle est d'office récupérée. Bienvenue

Adresse de la salle : Salle des Arts Martiaux, rue François dimanche (près de l'église de Roselies) 6250 Roselies

Professeur : Alain Metzler, licencié en éducation physique et sophrologue.

Mexique MARS 2012 Du 13 mars au 25 mars 2012 Région du YUCATAN

Ce séjour s'organise : nous sommes 6 participants.

ATTENTION : nous recherchons :

1 dame seule cherche 1 dame pour l'accompagner pour ce séjour

1 monsieur seul cherche 1 monsieur pour l'accompagner.

Si vous êtes intéressés ou si vous avez une connaissance intéressée contactez-moi. (Alain : 071/383641 ou alain.metzler@skynet.be)

Vous pouvez obtenir tous les renseignements pour le voyage en téléphonant à GREGORY de l'agence Expert TRAVEL. 071/221822

JUIN 2012 LA CROATIE du 07 au 14 juin 2012 (projet en annexe)

Nous sommes 15 personnes :

Il nous reste des places (jusque fin décembre 2011) pour composer un groupe de maximum 20 -25 personnes pour ce séjour en Croatie : Zagreb, Lacs de Plitvice, Vélébit, Zadar, Sibenik, Krka, Trogir, Split, Solin, Hvar et Dubrovnik. Retour aérien par Zagreb-Bruxelles.

Documentation et réservations : Alain : alain.metzler@skynet.be Tél : 071/383641

EN PREPARATION : La SARDAIGNE..... intéressés ? : contactez Alain
