

Marchez, glissez, coinchez avec Maurienne Séniors

Maurienne Séniors, le club des femmes et des hommes « de 50 ans et plus, désireux de garder la forme », répond indubitablement à un besoin croissant de notre époque. Après une période compliquée due au Covid, il a accueilli près d'une centaine de nouveaux adhérents lors de la rentrée de septembre 2022.

Le premier à s'en réjouir était le président de l'association, Guy Maubernard, en ouvrant l'Assemblée générale du club le 6 décembre dernier à Saint-Michel-de-Maurienne. Une AG qu'il a souhaité dédier à son prédécesseur, Roland Combaz, décédé en mai dernier, qui avait tant œuvré à la création du club en 2018.

Cette journée a réuni, pour une séance de travail mais aussi un grand moment de convivialité, pas moins de 230 personnes. Un succès à l'image de la vitalité de cette tranche d'âge qui regroupe deux générations. Il faut préciser que Maurienne Séniors compte 651 adhérents venus de toute la vallée de Maurienne depuis Randens jusqu'à Lanslevillard, soit 100 km de long.

Tous ces respectables retraités ont en commun un goût de vivre que les moins de 20 ans ne peuvent guère connaître. Or, avec Maurienne Séniors, aucun risque de s'encroûter : une quinzaine d'activités sont organisées par le club en échange d'une cotisation annuelle de 60 euros (tarif de 2023). Des disciplines sportives avec en salle : gymnastique et gym zen, aqua gym, yoga, tai chi , tir à l'arc, danse country, et bientôt danses de salon; En extérieur: randonnée en montagne, marche nordique, marche de proximité, raquette, ski de fond et ski alpin, vélo, pétanque. Et comme l'entretien du corps ne suffit pas les jeux de cartes ont aussi leurs adeptes, sans compter une nouvelle discipline baptisée Activ' Mémoire qui démarrera à la mi 2023, avec pour but d'exercer notre mémoire par

des entraînements adaptés.

Rien ne serait possible sans les nombreux bénévoles, tous seniors, qui assurent le fonctionnement de l'association et la sécurité des activités, avec le soutien de la Fédération Française de la retraite sportive (FFRS), le tout dans un esprit sportif et positif. Responsables de secteurs, responsables d'activités, animateurs, instructeurs et aussi le comité directeur, tous ont été chaleureusement applaudis. Rapport moral et rapport financier votés à l'unanimité, l'AG s'est achevée en musique. Avec l'espoir que l'année 2023 permettra de tenir le budget et le programme d'activités, malgré les hausses de prix et le Covid toujours présent. Et que la météo sera favorable pour une première sortie raquettes enneigée et ensoleillée le 13 décembre.

Renseignements sur le site de l'association :
maurienneseniors.legtux.org

Martine Francioli pour la commission communication

