

Le Département donne un coup de pouce numérique à la Gym Volontaire Vicoise



Le Département donne un coup de pouce numérique à la Gym Volontaire Vicoise

Mercredi 17 septembre, le club de gymnastique volontaire de Vic-Fezensac a vécu un joli moment de convivialité au COSEC.

Le Département, représenté par Mme Chantal Dejean Dupède, conseillère départementale et municipale, et son collaborateur Benoît Garros, est venu remettre deux ordinateurs portables réformés au club.

Autour d'eux, plusieurs personnalités locales avaient répondu présentes : **Barbara Neto, maire de Vic-Fezensac, et Benoît Desenlis, conseiller départemental.**

Le bureau de l'association était représenté par Régine Bousquet, vice-présidente (remplaçant la présidente Lilyane Lacoste excusée), Aline Celadin, secrétaire, Lucette Lézé, Jean-Claude Roblique et Rinaldo Saccavini, membres du bureau. La trésorière Evelyne Bergamo était excusée.



En remettant ce matériel, Mme Dejean Dupède a rappelé combien les associations sont « la force vive du département » et combien il est important de soutenir celles qui, comme la Gym volontaire Vicoise, œuvrent au quotidien pour l'animation locale et le lien social.

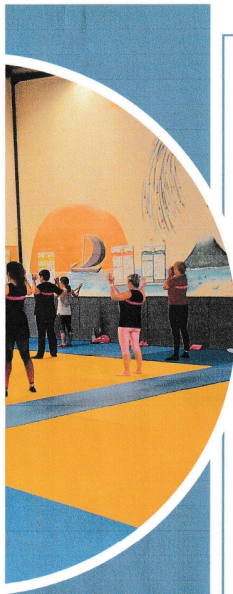
Avec près de 200 adhérents, le club se réjouit de cette aide concrète. « Ces ordinateurs vont beaucoup nous aider pour la gestion, et une personne est déjà désignée pour en assurer le suivi », a expliqué Régine Bousquet. Il s'agit d'Alex Cassagne, informaticien licencié à la gymnastique volontaire vicoise, présent lors de cette remise.

Elle a également rappelé l'esprit du club, qui s'efforce de proposer des activités sportives ouvertes à toutes et à tous, dans une ambiance conviviale.

La rencontre s'est terminée autour du verre de l'amitié, fidèle à la chaleur humaine qui caractérise l'association.

Notons que la Gym Volontaire Vicoise a repris ses activités le **8 septembre** : un programme varié qui permettra encore cette année de bouger, se rencontrer et partager de bons moments ensemble.

Il est encore temps de s'inscrire !



**COURS DE GYM
au Cosec
Salle Judo
MARCHE NORDIQUE
& MARCHE**

A partir du lundi 08
septembre 2025

“
Venez nous rencontrer à la
Fête des sports et des
associations
Samedi 06.09.2025
de 9 à 13h
à la Salle Polyvalente de
Vic-Fezensac “

Gymnastique volontaire vicoise

VENEZ DECOUVRIR NOTRE CLUB & NOS 3 ACTIVITES PROPOSEES

ACTIVITE « GYMNASTIQUE »
Tarifs annuel : 105,50 € / 1 cours semaine
123,50 € / 2 cours semaine (et plus)

LUNDI - MARIE-JOSE

9h / 10h – Gym douce

10h15 / 11h15 – Gym douce & renforcement musculaire

LUNDI - CLEMENT

19h / 20h - Cardiotraining - Renforcement Musculaire Full Body

MERCREDI - FREDERIC

19h / 20h – Renforcement Musculaire - Abdofessier – Step – Body Pump –
Circuit Training

JEUDI - PATRICIA

9h30 / 10h30 – **SPORT SANTE** Gym Douce Entretien - Méthode Pilates –
Activités Body Zen : relation musique, mouvement douceur, prise de
conscience du corps, postures d'équilibre, coordination et concentration

JEUDI - MARIE-JOSE

19h / 20h – Renforcement Musculaire Global & Cardio

SAMEDI - MARIE-JOSE

9h30 / 10h30 – Renforcement Musculaire Global & Cardio

ACTIVITE « MARCHE NORDIQUE »

Tarifs annuel : 153,50€

Tous les Samedis de 10h à 12h, encadrée par Mapie / Animatrice.
Il est fortement conseillé de prendre contact avec elle pour le matériel et
le lieu de départ qui varie afin de diversifier les chemins.

ACTIVITE « MARCHE »

Tarifs annuel : 51,50€

Tous les Mardis de 9h à 11h ou de 14h à 16h en fonction de la saison.
2 circuits sont proposés 5/6 km et 8/10 km autour de Vic ou des communes
environnantes avec un départ Place du Collège à Vic-Fezensac.
Un calendrier de ces marches est établi et distribué à chacune/chacun.

Renseignements :

COURS DE GYM :

Patricia : 06 33 27 59 92

Frédéric : 06 26 17 63 64

Clément : 06 32 24 83 17

M.José : 06 14 77 54 78

Karine : 06 51 36 51 46

Lyliane : 06 72 84 73 80

MARCHE :

Aline : 06 84 30 86 27

Lucette : 07 67 10 99 86

Lyliane : 06 72 84 73 80

MARCHE NORDIQUE :

Mapie : 06 61 39 28 74

Jean-Marc : 06 08 73 05 08

Lyliane : 06 72 84 73 80