Voir la version en ligne

La lettre d'information du Comité FSGT de la Savoie
Lettre n°10 - Août/Septembre 2020

Les actualités FSGT Savoie

La reprise des activités sous contraintes sanitaires

Le 7 septembre, la FSGT a mis à jour son document de reprise des activités et de la formation FSGT qui respecte l'ensemble des dispositions gouvernementales concernant le sport figurant dans le décret n°2020-860 du 10 juillet 2020 modifié.
Par ailleurs la fédération a élaboré des guides de reprise par activités qui vous apportent des précisions sur les mesures sanitaires à mettre en place en lien avec votre activité.
Sur le nouveau site du Comité, vous retrouverez une page dédiée aux consignes et recommandations à appliquer dans le cadre de la crise sanitaire liée au covid-19.
Le Comité FSGT de Savoie reste à votre disposition pour tout renseignement qui vous serait utile concernant ces consignes sanitaires à mettre en oeuvre, qui évolueront en fonction de la situation en France.

Le club FSGT Savoie du mois

Club YOGA
BIEN ÊTRE ET DÉTENTE
CHAMBÉRY

Le club **YOGA BIEN ÊTRE ET DETENTE** a été créé en 2019 sur Chambéry avec l'aide du Comité FSGT de la Savoie. Il est en pleine expansion avec trois créneaux mis

en place cette saison :

- à la salle Mosaïque sur les Hauts de Chambéry le mardi de 18h30 à 20h,
- au gymnase Pierre Cot, quai des Allobroges à Chambéry, le mercredi de 20h à 21h30,
- et à la Maison Pour Tous à Bissy le jeudi de 18h30 à 20h.

Un quatrième créneau devrait être ajouté en cours de saison sur Barby ou sur Argentine.
Le président du club Marcel Masson envisage une quarantaine d'adhérents cette saison.

Deux professeures diplômées de Yoga, Stéphanie et Janique, assurent les cours pour le club **YOGA BIEN ÊTRE ET DETENTE**. Stéphanie enseigne le Yoga Vinyasa et Janique le Yoga Sivananda.
La volonté du club est de développer le Yoga sur chaise pour les personnes âgées ou handicapées.
En 2021, Le comité FSGT de Savoie souhaite en lien avec les clubs de Yoga de Savoie organiser un évènement autour du Yoga.

Après le déconfinement, les adhérents ont retrouvé avec plaisir les cours de Yoga qui se sont déroulés dans le parc de Buisson Rond.
« Cela m'a vraiment fait du bien j'y suis allée même en juillet » témoigne une adhérente. Bref du bien pour son corps physique, son bien-être psychique et sa force morale !

N'hésitez pas à visiter la page internet du club.

La première séance de découverte est gratuite. Donc n'hésitez pas à vous inscrire en contactant Marcel au 07-87-91-46-14. Sachant que dans l'adhésion est incluse la licence annuelle omnisport FSGT. Donc pour les adhérents FSGT d'un autre club qui possède déjà une licence, le tarif sera réduit du coût de la licence.

Club YOGA

BIEN ÊTRE ET DÉTENTE

CHAMBÉRY

LE MARDI de 18H30 à 20H

SALLE MOSAÏQUE (Hauts de Chambéry)

LE MERCREDI de 20H à 21H30

GYMNASE PIERRE COT

LE JEUDI de 18H30 à 20H

MAISON POUR TOUS (Bissy)

Adhésion annuelle 160€ (tarif au prorata temporis et facilités de paiement)

Infos & Réservation : 07.87.91.46.14

www.fsgt73.com

FSGT SAVOIE

Création d'une Commission Santé Nature au sein du Comité FSGT de Savoie

Le Comité FSGT de la Savoie a décidé de créer une **Commission Santé Nature.** Elle a vu le jour à l'été 2020 et regroupe les activités de bien être comme le yoga, la réflexologie plantaire, la gymnastique douce, mais aussi les activités de nature comme la randonnée pédestre et en raquettes l'hiver. Un mixte randonnée bien être.

Cette **Commission Santé Nature** a pour objectif d'aider au développement des activités qui permettent de lutter contre le stress du quotidien, de se connecter à la nature, de ressentir ses énergies, de mieux respirer et de mieux bouger, de prendre de la distance avec le travail.

Ces activités seront orientées vers les enfants, les actifs, les séniors, avec l'intention de favoriser la mixité intergénérationnelle.

Au rythme des saisons, la **Commission Santé Nature** organisera également des évènements tels que l'automne de la randonnée, l'hiver en raquettes nature, le printemps du Yoga, l'été en fleurs et naissance des énergies...

La **Commission Santé Nature** est composée de professionnels et de bénévoles

du Comité FSGT de la Savoie : une professeure de Yoga (Stéphanie), une réflexologue (Justine), des bénévoles responsables de clubs (Daniel et Aurélien) et le coordinateur sportif du Comité (Guillaume).
Si vous souhaitez intégrer cette **Commission Santé Nature**, ou une des deux autres Commissions créées au sein du Comité, la Commission Dirigeants & Bénévoles ou la Commission Communication & Evénementiel, contactez Guillaume au 04-79-96-04-40 ou par mail fsgtsavoie@gmail.com.

Les courses cyclistes ont repris en août avec les grimpées de la Toussuire le 9 août et de Valmeinier le 16 août. Ca fait du bien à la tête de retrouver la compétition !
Retrouvez les résultats et les classements du cyclisme FSGT Pays de Savoie sur le **site internet www.fsgt73.com**.

A vos agendas

De février à octobre 2020 : le **Brevet Fédéral FSGT d'initiateur en boxe anglaise** à Albertville (**reprise en octobre**),

Samedi 19 septembre 2020 : **l'Automne de la Randonnée** au lac de la Thuile organisé par les clubs FSGT Belledonne Sports Nature et l'Association Loisirs Sports.

Samedi 26 septembre 2020 : **La Fête du Sport** au parc du Verney à Chambéry, (de 10h à 17h) placée sous le signe du Sport Santé Bien Être pour tous, organisée par le CDOS de la Savoie et ses partenaires.

Dimanche 27 septembre 2020 : la **Grimpée Saint Michel de Maurienne - Beaune** au départ de Saint Michel de Maurienne organisée par le club FSGT Saint Michel Sport Cyclo.

Samedi 10 octobre 2020 : le **Contre la Montre Chanaz-Yenne** organisé par le club FSGT de l'UC Cognin.

Vendredi 11 décembre 2020 : **Assemblée Générale** du Comité FSGT de Savoie.

Retrouvez les remises et offres actualisées de nos partenaires sur notre site fsgt73.com

Comité FSGT de la Savoie
89 rue Nicolas Parent
73000 CHAMBERY
Tel : 04-79-96-04-40
fsgtsavoie@gmail.com

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur FSGT Savoie.

Se désinscrire

Envoyé par sendinblue

© 2020 FSGT Savoie