

## Sport loisirs

Le Club Retraite sportive enregistre 560 adhésions, dont 370 dames, largement majoritaires. Un doyen porte allègrement ses 90 ans quand la benjamine n'en compte que 51. Il n'est pas nécessaire d'être à la retraite pour adhérer, le club assure avec son offre multiple le passage de la vie active à la retraite active et encourage une pratique sportive raisonnée pour le bien-être des seniors.

Pratiquer des activités physiques est une condition nécessaire au maintien en bonne santé, mais elle n'est pas suffisante, l'établissement d'un lien social est tout aussi important. Une licence unique offrant un large éventail

d'activités permet de pratiquer à un coût accessible au plus grand nombre. Michel Jardonnet et Alain Joachim, co-présidents du club, précisent que « rien ne serait possible sans l'aide apportée par les trois municipalités Yzeure, Moulins, Avernmes et Moulins communauté, qui mettent gratuitement à notre disposition salles et installations sportives. Ainsi, à Yzeure, nos activités se déroulent au gymnase de Bellevue, au Relais de Saint-Bonnet, salle Jean-Ferrat, à l'espace de la Mothe, salle de la Raquette, sur les courts d'Yzeure tennis. Nous pratiquons le swingolf sur le site des Ozières, les services techniques de la ville ont créé un parcours très complet et se chargent de son entretien. Le service des sports était là quand

de disciplines  
sportives à l'école  
municipale  
entraîne souvent  
l'adhésion des plus  
jeunes à un  
club associatif pour  
parfaire leur sport.

Quelles activités à la Retraite sportive ?  
Marche (promenade, rando en moyenne montagne), vélo, pétanque, activités dansées, tennis de table, tennis, badminton, qi gong, taï chi, self-défense, gymnastique, aquagym, pilates, yoga, bodyzen, swingolf, tir à l'arc, raquettes à neige. Vélo, tennis de table se pratiquent à des niveaux différenciés.

Le club organise aussi des séjours sportifs : ski, raquettes. Sans oublier les moments festifs.

La gym douce à Bellevue est proposée dans les activités du Centre social.



## Activités municipales

L'Office municipal du sport, soutenu par la Ville, organise plu-

nous avons organisé le stage national de formation swingolf. Le prêt de notre matériel aux animateurs pendant les vacances est une petite contrepartie que nous assurons bien volontiers. Ne retenir que cette mise à disposition serait bien restrictif. N'oublions pas la facilité d'entrer en contact avec les édiles et la disponibilité du service sports et vie associative », conclut Michel Jardonnet.

sieur sport Raid mult natu yzeu à pie de n da n marc rant les festivité

D'autres actions plus jeunes, soit dit de la ville. A cipale de sport: couverte de diff axées sur les canoë, course l'arc, run & bike Et une école r lade a été créée Plusieurs classe nagés sportive: lège François-V tennis puis judo, initiées p en étroite coll équipes pédagi nues par la mur

