

Interclubs à Saint-Gilles-Croix-de-Vie le 27 avril 2017



Le 27 avril dernier, à l'occasion du cinquantième anniversaire de la fusion des 2 communes Saint-Gilles et Croix-de-Vie, le club de l'amitié organisait un interclubs. Rendez-vous sur la page "Manifestations/Album photos" pour partager en photos cette belle journée.

Bain du 1^{er} janvier St-Gilles-Croix-de-Vie

A l'occasion de la fusion Saint-Gilles et Croix de Vie cinquantième anniversaire, nous espérames partir 50, et nous mouillâmes 25, à l'année prochaine les baigneurs(ses)



La Galette St-Gilles-Croix-de-Vie

Repas traditionnel et annuel de la galette, excellente journée dans un cadre sympathique au « Forest Hill » de Sion Saint-Hilaire, très bonne ambiance avec nos animateurs favoris Jean-Jacques et Yvon.





Les retraités sportifs o

Article publié dans Ouest-France l

ERS 85

Le Comité départemental de la formation de ses animateurs.

Trois questions à...Daniel Vautrin et Jean Even, secrétaire et président de Coders 85

Qui sont les adhérents du Coders 85 ?

Ce sont 6 050 licenciés, un nombre en hausse constante. Ils sont répartis dans les 22 clubs du département

et constituent le plus gros comité départemental de France. Ils sont retraités ou conjoints de retraités âgés de plus de 50 ans. La doyenne est une soeur de Saint-Jean-de-Monts : elle a 102 ans. Selon les équipements des communes, ils pratiquent une trentaine d'activités variées, qui vont de la randonnée au tir à l'arc et même à la sarbacane, en passant par le palet vendéen, la pétanque, le golf ou la danse.

Quelles sont les activités les plus prisées actuellement ?

Sans surprise, la marche nordique et la marche aquatique sont en plein essor, comme, à un degré moindre, le tennis rebond ou la danse. Mais la randonnée et le vélo restent des valeurs sûres et faciles à pratiquer.

Les plus gros clubs, mis à part l'ASRY de La Roche-sur-Yon et ses 1 300 membres, sont sur le littoral, à Olonne-sur-Mer ou Saint-Jean-de-Monts, où s'installent de nombreux retraités. Des rencontres interclubs sont organisées, en 2016 au Poiré sur Vie, mélangeant sport et convivialité.

Quelles sont les évolutions marquantes de l'année 2016 ?

Incontestablement, la place accordée à la formation des animateurs, avec un budget formation en augmentation

de 45%. Celles-ci sont, en effet, prises en charge par le Comité départemental, et concernent tous les bénévoles, et ils sont de plus en plus nombreux, qui veulent y consacrer 80 heures réparties en trois modules.

L'autre évolution est la formation d'animateurs spécialisés dans les publics fragilisés par la maladie ou les problèmes de santé, l'objectif étant de les aider à retrouver du lien social



Daniel Vautrin, à gauche, et Jean Even

A Brem-sur-Mer, on tire à la sarbacane

Saint-Gilles-Croix-de-Vie - Publié le 29/01/2016 (Ouest-France)

Connaissez-vous le blowgun? Il s'agit du tir à la sarbacane sportive que l'on peut pratiquer à Brem-sur-Mer. Une activité originale et, paraît-il, pleine de bienfaits.

André Normand a eu l'idée d'intégrer le blowgun, au sein de la section de tir à l'arc du Club pour une Retraite Active, Culturelle et Sportive (CRACS) de Brem-sur-Mer. Il s'agit en fait de tir à la sarbacane moderne sportive. **« Cette nouvelle activité est très complémentaire du tir à l'arc pour les amoureux de la petite cible ronde et ses bienfaits sont multiples. En effet, cette activité peut venir en remplacement du tir à l'arc lorsque les tireurs ne peuvent plus bander l'arc pour des causes diverses. Le tir à la sarbacane ne demande pas d'effort physique, il améliore la concentration, la respiration par une meilleure oxygénation et son contrôle, ainsi que la circulation sanguine. Il diminue, aussi, le stress et, surtout, il se pratique dans la bonne humeur et la convivialité. Tout ceci sans besoin d'e force physique, donc il peut être pratiqué pour tout le monde même les personnes diminuées ou handicapées »,** explique André Normand.



Il faut compter environ 28 € pour la sarbacane et 13 € pour les accessoires.

André Normand, responsable du tir à l'arc, a fait une démonstration de tir à la sarbacane