



Chères adhérentes, chers adhérents du CSB,

Vous avez choisi notre club pour pratiquer votre sport favori au sein de l'une de nos sections, et nous vous en remercions !

Si ces dernières sont autonomes pour proposer des activités et faire vivre leur communauté, elles dépendent néanmoins toutes de notre club omnisport, le CSB.

Ce club va bientôt fêter ses 80 ans et souhaite sur le mois d'octobre, vous faire découvrir l'ensemble de son offre sport au travers de sessions spéciales gratuites et encadrées.

Cette opération est la première que nous organisons sous cette forme et elle vise à donner du sens à notre club, en vous permettant de multiplier les expériences et développer la communauté CSB omnisport cette fois-ci !

Voici donc les propositions que chaque section peut vous proposer au cours de cette opération prévue sur le mois d'octobre :

### **Badminton :**

Tous les samedis soirs de 19h à 20h au gymnase de La Bouilladisse

### **Cyclisme :**

Parcours à consulter sur notre site à la page parcours du mois : [www.labouilladissecyclisme.com](http://www.labouilladissecyclisme.com) Sessions ouvertes pour des majeurs ou mineurs accompagnés à partir de 15 ans.

Route : tous les dimanches du mois d'octobre, 3 parcours proposés, 3 allures différentes.

VTT : les samedis 7 et 21 octobre. Possibilité de réduire les distances si nécessaire.

*Pour une meilleure prise en charge, merci de transmettre un mail 48h à l'avance à l'adresse [rs.csbcyclisme@gmail.com](mailto:rs.csbcyclisme@gmail.com) avec votre nom, prénom et parcours choisi.*

### **Trans'en'danse :**

Ouverture de sessions danse K POP (danse moderne coréenne) à la Salle des lavandes

K POP ados 12 – 16 ans : mercredis 11 et 18 octobre de 16h à 17h

K POP préados 9 – 11 ans : mêmes jours de 17h à 18h

Cours de conditionnement physique ados 12 – 16 ans le jeudi soir de 19h à 19h45

Merci d'avertir 48h à l'avance Christiane au 06 25 63 86 44 ou par mail à [christiane.bouffier@free.fr](mailto:christiane.bouffier@free.fr)

### **Boxe Thaï :**

Les lundis 23 et 30 octobre de 19h30 à 21h au Gymnase de La Bouilladisse.

Toute personne intéressée devra contacter Georgia par SMS ou mail 4 jours à l'avance en communiquant son nom et son prénom au 06 68 44 86 97 ou [torres.georgia@orange.fr](mailto:torres.georgia@orange.fr)

### **MMA :**

Tous les jeudis du mois d'octobre au gymnase de La Bouilladisse.

18h40 pour les jeunes à partir de 11 ans

19h40 pour les adultes

### **Tennis :**

Appeler Charlotte au 06 85 51 59 66 qui organisera votre venue avec la perspective d'une animation adulte avant la fin du mois.

### **Randonnée :**

Les dimanches 29 octobre et 19 novembre parcours à préciser rapidement.

Nous espérons que vous serez nombreux à saisir cette opportunité afin d'améliorer votre expérience « adhérent » du CSB omnisport !

Sportivement,

Fabrice Gardetto

Vice Président CSB Omnisport

Responsable section CSB Cyclisme