

La 3^{ème} saison de danses déjà !

Communiqué



Après avoir passé une soirée ensemble lors du pot de clôture de la saison le **1^{er} juillet**, les adhérents de Chap'dances vont pouvoir danser cet été et mettre en pratique leurs progrès et nouvelles figures apprises. Ils en redemandent encore car ils se sont tous réinscrits pour la saison prochaine.

Vous pouvez nous rejoindre quel que soit votre niveau, dans les cours de : danses en ligne ou country pour les personnes seules et en couple pour le rock, salsa/bachata, ou danses de société (valse, chachacha, tango, paso doble, quickstep etc). La première semaine de cours est gratuite, venez essayer ce que vous voulez et vous déciderez ensuite.

Les adhérents vous accueilleront le **samedi 5 septembre** de 14h à 18h lors du forum de Chaponnay. Le planning 2015/16 est en ligne sur le site.

www.sweetdances.fr à la rubrique cours/tarifs à Chaponnay ou 06 63 11 61 58

Dix bougies pour l'Aïkibudo

Le 5 juin dernier, l'Aïkibudo club de la commune a fêté ses **10 ans d'existence**. L'occasion pour les adhérents, professeurs et bénévoles anciens et actuels de se retrouver autour des tatamis. Gros plan sur cet art martial très particulier avec Nicolas Mathieu, l'un des professeurs du club.



« L'aïkibudo est un art martial traditionnel d'origine japonaise d'une remarquable efficacité. Il est issu des techniques de combats des samourais et est basé sur des techniques de défense à mains nues, contre toute attaque avec ou sans arme. Il est très proche de l'aïkido de par son origine, mais le « bu », qui signifie « la force qui procure la paix », marque un enseignement très efficace et engagé face au combat : c'est l'état guerrier.

« Nous utilisons un grand nombre de techniques ancestrales adaptées à notre monde moderne. Nous pratiquons sans complaisance mais sans brutalité. L'enseignement est fait progressivement en fonction de l'assimilation de chaque pratiquant.

« Nous travaillons le self-défense, les dégagements de saisies, les déplacements, esquives et chutes qui sont pour nous libératrices de contraintes articulaires. Il s'agit par un entraînement régulier de pouvoir se sortir d'une situation tendue de conflit ou d'agression. Acquérir les bons réflexes pour se protéger et mettre son agresseur en échec.

« L'aïkibudo est une activité de loisir sans compétition. C'est, pour tous les pratiquants, la garantie de la recherche de l'efficacité des techniques en toute sécurité et d'une meilleure connaissance de soi.

« Il faut que les adultes osent pousser les portes de nos dojos... Ils y trouveront la détente, l'énergie et l'équilibre pour bien vivre le quotidien. C'est une activité sportive tonique et dynamique en souplesse dans une ambiance conviviale.»

Les cours de l'Aïkibudo club sont ouverts à tous, hommes et femmes, à partir de 15 ans. Trois moniteurs fédéraux dispensent l'enseignement de l'école : Nicolas Mathieu et Livio Abbale, Gilles Arnault pour le katori (forme d'escrime japonaise). Rendez-vous chaque mardi (19h30-21h) et vendredi (20h-21h30) pour les cours d'aïkibudo et le vendredi de 18h30 à 20h pour le katori.

Pour tout renseignement :
Frédéric Fèvre - 06 76 86 61 10

Un appel de la Découverte

L'association de sauvegarde du patrimoine la Découverte de Chaponnay lance un appel romantique en vue de son exposition *Un siècle de mode autour du mariage*, du **20 au 22 novembre** prochains. « L'association recherche des robes de mariée, des vêtements de cérémonie (hommes, femmes, enfants) et tout objet se rapportant à ce thème : menus, boîtes de dragées, vaisselle, linge, photos... toutes époques confondues », précisent les organisateurs.

Contact : 04 78 96 00 93
04 78 96 76 29 - 04 78 96 90 19

Association des familles

La saison à peine terminée, voilà l'association des familles de la commune qui se prépare déjà à la rentrée. Le point avec Bernadette Crétien, membre actif de l'association.

« Il y aura des cours de gymnastique dispensés par deux professeurs diplômés (quelques changements sont à prévoir au niveau des horaires des mardi et vendredi) ; des cours de couture tous les mardi de 19h45 à 22h15 et le jeudi matin de 9h à 12h tous les 15 jours ; des cours d'anglais tous les lundi soirs à partir de 18h. Cette activité a débuté cette année et nous comptons renouveler l'expérience pour la saison à venir en souhaitant qu'il y ait davantage d'inscrits. »

A noter : l'association sera présente au forum des associations **samedi 5 septembre** à 14h et a déjà fixé la date de son assemblée générale : ce sera **vendredi 25 septembre** à 20h30 dans un lieu qui reste à définir.

Renseignements : 06 08 02 38 70
bernadette.cretien@laposte.net

Classes en 5



Le défilé et le banquet des classes en 5 aura lieu **samedi 17 octobre**. Les conscrits auront rendez-vous dès 10h sur la place de la mairie pour la distribution des traditionnels chapeaux. Vous souhaitez participer au repas ? Il est possible de vous inscrire dès à présent ou lors du forum des associations.

Contact : 04 78 96 07 64
06 82 47 11 06