

# FLASH-INFOS ASDA



SEPTEMBRE 2024

## A NOTER DANS VOTRE AGENDA ASDA DU MOIS

### Sections sportives

Le 28 août : ouverture de la section VOLLEY

Le 16 septembre : ouverture de la section PILATES

Le 17 : ouverture de la section MARCHE NORDIQUE

### Activités sportives à la pause déjeuner

Ouverture des inscriptions

### Dans ce numéro

- SECTIONS SPORTIVES
- ACTIVITES SPORTIVES A LA PAUSE DEJEUNER
- TEAM-BUILDING
- GROUPEMENT D'ACHATS



EN 2024, L'ASDA SOUFFLE SES **35** BOUGIES

# SECTIONS SPORTIVES

## PILATES

Les lundis de 17h45 à 18h45 (hors périodes de vacances scolaires et jours fériés)

Lieu : gymnase de Bel Air.

Encadrement : Sarah LAMOUCHE

Date d'ouverture : 16 septembre

Cotisation annuelle : 80 € (règlement possible par chèque bancaire, chèques UP, coupons sports).

Aide possible du COS.

**Bulletin d'inscription ci-joint à retourner dûment complété accompagné du règlement et d'un certificat médical.**

## MARCHE NORDIQUE

Les mardis de 17h45 à 19h15 (hors périodes de vacances scolaires et jours fériés)

Lieu : les 17 et 24 septembre départs de Bel Air

Encadrement : Sarah LAMOUCHE

Date d'ouverture : 17 septembre

Cotisation annuelle : 80 € (règlement possible par chèque bancaire, chèques UP, coupons sports).

Aide possible du COS.

**Bulletin d'inscription ci-joint à retourner dûment complété accompagné du règlement et d'un certificat médical.**

# SECTIONS SPORTIVES

## VOLLEY-BALL

Les mercredis (y compris pendant les périodes de petites vacances scolaires) au gymnase de la Ribambelle à Lusigny sur le créneau 18h30/20h.

Dès lors que les effectifs le justifieront, des créneaux supplémentaires pourront être ouverts le mercredi mais aussi le vendredi.

Encadrement : Thierry THOMAS

Date d'ouverture : 28 août 2024

Cotisation annuelle : 80 € (règlement possible par chèque bancaire, chèques UP, coupons sports).

Aide possible du COS.

**Bulletin d'inscription ci-joint à retourner dûment complété accompagné du règlement et d'un certificat médical.**

## PORTES OUVERTES VOLLEY-BALL (affiche jointe)

Vous voulez découvrir notre section volley ?

Alors rendez-vous le 21 septembre à partir de 14h avec des jeux, des ateliers concours et des rencontres amicales.

## **DE TOUT POUR TOUS GRATUITEMENT**

Au volley, nous ajouterons des jeux pour enfants, des jeux pour adultes mais aussi des jeux à faire en famille.

A 20h **APERO'VOLLEY** où chacun est invité à amener un petit quelque chose à manger et à partager.

Et à partir de 21h découverte du **BLACK VOLLEY**.

# ACTIVITES SPORTIVES A LA PAUSE DEJEUNER

## LES INSCRIPTIONS POUR LE 4EME TRIMESTRE 2024 SONT OUVERTES

Et c'est reparti pour 1 trimestre sur les 3 pôles.....

**ATTENTION** le nombre d'inscrits par activité est limité.

### MONTLUCON

**SOPHROLOGIE** de 12h30 à 13h30 avec Brigitte SOURET les 1er octobre (salle 220), 8, 15 octobre et 5 novembre (salle 304)

**BODY-ZEN** de 12h30 à 13h30 avec Thibault BRIERE les 14, 21 et 28 novembre (salle 220)

**PILATES** de 12h30 à 13h30 avec Thibault BRIERE les 5, 12 et 19 décembre (salle 220)

### MOULINS

**SOPHROLOGIE** de 12h30 à 13h30 avec Robert DUPRE les 3 et 10 octobre (salle de la Sioule) , et avec Sandrine GUILLAUMIN les 15 octobre et 5 novembre (salle de la forêt de Tronçais).

**STRETCHING POSTURAL** de 12h15 à 13h15 avec Aurélie SELLOT les 4, 18 et 25 novembre (salle de la forêt de Tronçais).

**PILATES** de 12h15 à 13h15 avec Aurélie SELLOT les 2 (salle de l'Aumance) , 9 et 16 décembre (salle de la forêt de Tronçais).

### VICHY

**SOPHROLOGIE** de 12h30 à 13h30 avec Angeline CLOSTRE les 4, 11, 18 octobre et 8 novembre (salle 207)

**PILATES** de 12h15 à 13h15 avec Karine LAFAYE les 3, 10 et 17 décembre (salle 207).

**GYM ZEN** de 12h15 à 13h15 avec Karine LAFAYE les 13, 19 et 26 , novembre (salle 207).

Dès maintenant nous enregistrons les inscriptions **OBLIGATOIRES** (avec production d'un certificat médical et dans la limite des places disponibles) sur la boîte [asda@allier.fr](mailto:asda@allier.fr)

Une confirmation par mail sera adressée dans les jours qui précèdent les séances.

## **LE TEAM-BUILDING SERVICES (et directions)**

Alors que le coffre pirate poursuit sa tournée dans les services, nous proposons désormais aux services du Département, à l'initiative des chefs de service, de participer à un team-building sur le site de Bel Air.

Au menu 4 activités au choix.

Durée : 1 heure (1 activité toutes les 15 mn environ) à l'horaire qu'il vous conviendra.

Inscriptions et renseignements dès maintenant sur la boîte [asda@allier.fr](mailto:asda@allier.fr) ou auprès de Stéphane au 04.70.34.95.20.

## **LE TEAM-BUILDING INTER-SERVICES (et inter-directions)**

Lorsque vous aurez testé le TEAM BUILDING SERVICES n'hésitez pas à franchir le pas et à tester le TEAM-BUILDING INTER-SERVICES.

Ce nouveau produit favorisera les échanges entre agents de la collectivité et participera au décroisement des services.

### **Comment s'y prendre ?**

Lancez un défi (amical) à un autre service (ou direction)...

Une fois votre adversaire trouvé l'un des deux chefs de service devra formaliser sa demande soit par mail ([asda@allier.fr](mailto:asda@allier.fr)), soit en contactant Stéphane au 04.70.34.95.20.

Il arrêtera avec lui la date et la tranche horaire retenues (lieu fixe : Bel Air).

Il devra également valider la liste des « épreuves » auxquelles seront confrontés les agents.

Bien sûr TOUS devront pouvoir participer, MAIS attention tous les coups seront permis.

N'oubliez pas vos appareils photos et transmettez nous vos plus beaux clichés afin de les publier sur l'intranet.

## **GROUPEMENT ACHATS**

Une vente de PARFUMS est en cours (bon de commande ci-joint).

Date limite de commande : 15 septembre 2024.