



**La Tronche**

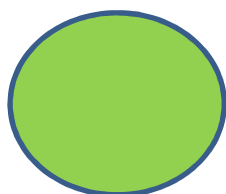
# LA GEVETTE

**Gazette de la GVT N°0 - mars 2018**

**Bulletin de liaison des adhérents de la Gymnastique Volontaire de La Tronche**

5 rue Doyen Gosse 38700 LA TRONCHE

L'équipe de la GV La Tronche est très heureuse de vous présenter le numéro zéro, d'un bulletin de liaison bénévoles – adhérents. Ce nouvel outil permettra de vous informer, et aussi de connaître vos souhaits. Notre association a pour objet, en effet, de répondre aux attentes des Tronchois de tous les âges, en matière d'activités physiques. Gymnastique Adultes, Pilates, Gymnastique Equilibre, Gymnastique dans l'eau, Raquette en 1/2 journée et journée, Ski de Fond en 1/2 journée, Rando «crampons», Randonnée pédestre, Acti'March', sont proposées aux 450 adhérents. L'esprit du bénévolat qui règne, pour toutes les activités extérieures en particulier, génère une ambiance partout chaleureuse, et permet de proposer des prix particulièrement attractifs (prix coûtant). Nous comptons sur chacun de vous, pour être des ambassadeurs de votre GV !



**ARTISTE ou non, proposez nous un LOGO pour la GEVETTE.**

**SKI DE FOND et RAQUETTES** : notre saison a pris fin le mardi 6 mars, par un sympathique goûter en compagnie de nos amis raquettistes, et «petits crampons», dans la belle salle hors-sac du foyer de ski de fond du Revard. C'était pourtant La Féclaz notre destination ; mais notre chauffeur a mis un brin de fantaisie en nous emmenant au Revard..... en passant par Aiguebelette! Nous étions une trentaine, cette saison, à sillonner les pistes du Dauphiné et des Savoies, à la satisfaction de tous. D'autant que

les conditions météo et l'enneigement ont été exceptionnels.

Nous serons heureux, l'an prochain, de partager ces bons moments avec tous ceux d'entre vous qui seraient tentés par cette activité. Vous pourrez rejoindre un groupe à votre niveau et serez accompagnés par des animateurs compétents et attentifs, dans une ambiance particulièrement conviviale. Soyez des ambassadeurs de votre GV !

Lors de ce rituel goûter : Benoit Dupeyrat, responsable des « raquettes » a réussi le tour de force de trouver des successeurs à Simone Bachasson et Noriko Thouvenin, responsables de cette activité depuis plusieurs années. Le relais passe ainsi à Etienne Spanjaard et Yves Giraudeau, qu'il faut remercier chaleureusement pour leur engagement.



Un immense merci à Simone et Noriko pour leur gentillesse et leur souriante efficacité, sans oublier la disponibilité de Benoit, et des animateurs (encore Noriko ! Nicole, Etienne, Bernard, Jacky...).

**RANDO** : à l'initiative de Françoise RUFIN, avec l'appui d'Alain COCHET-MUCHY, un système informatique confortable d'inscription par Internet, allégera bientôt la gestion très lourde des inscriptions, assurée par Jacky Prestaux.

**STAGES SPORTIFS RANDO :** 2 stages sont organisés, le premier, du 21 au 26 mai, dans les BARDENAS REALES, en Espagne, sous la responsabilité d'Alain RAYMOND, le second du 4 au 09 septembre, dans l'UBAYE, autour de Barcelonnette, sous la responsabilité de Maguy RAYMOND. Des listes d'attente sont ouvertes ; renseignez-vous pour ceux de l'an prochain.



**L'ÉQUILIBRE, OU EN ETES-VOUS ?** Pour la 2<sup>ème</sup> année, ce programme de 12 séances sur 12 semaines, durant les 3 mois d'hiver, est encadré par une animatrice spécialisée, Sandra VAYSSADE.



Il a pour objet de préserver, améliorer, restaurer la fonction d'équilibration et l'autonomie du senior. Il vise également à stimuler sa fonction d'équilibration, à le rassurer dans ses déplacements, à diminuer l'impact psychologique de la chute, et à améliorer la mobilité. Si vous êtes intéressé pour 2019, faites le savoir très vite au secrétariat.

#### **GYMNASTIQUE EN SALLE :**

- si vous ne l'avez pas encore fait, n'oubliez pas de répondre au sondage concernant la répartition des cours, afin que nous puissions répondre à vos demandes l'an prochain.
- SCOOP : le local de rangement du matériel du Gymnase Doyen Gosse a été nettoyé, rangé. L'inventaire a été fait.



**DES PLACES ENCORE DISPONIBLES** dans certaines activités : Pilates par exemple.

#### **A SAVOIR :**

- Site GV la Tronche : <http://www.gvlatronche.fr/>
- Site CODEP 38 : <http://gv38.fr/index.php/fr/>

**SECRETARIAT GV LA TRONCHE : 04.38.37.03.00**

Adresse mail : [gvlatronche@sfr.fr](mailto:gvlatronche@sfr.fr)

Permanence, lundi 9h 30 - 11 h 30.

Vous y êtes accueillis avec le grand sourire des secrétaires bénévoles.

Un répondeur-enregistreur permet d'obtenir des informations spécifiques, personnelles.

Extrait du règlement intérieur : « aucun remboursement ne pourra être effectué en cas d'arrêt en cours d'année, quelle qu'en soit la raison »

**L'assemblée Générale** annuelle s'est déroulée le 29 novembre 2017. Vous pouvez disposer du Compte rendu sur le site de la GV.

Elle a élu un comité Directeur de 13 membres qui ont nommé les membres du bureau

BACHASSON Jean-Pierre	
BACHASSON Simone	
<b>COCHET-MUCHY Alain</b>	<b>Trésorier</b>
ESPITALIER Chantal	
FAURIE Jean-Claude	
FAURIE Monique	
<b>GRAS Régis</b>	<b>Trésorier adjoint</b>
<b>ITEPRAT Christian</b>	<b>Président</b>
<b>MOREL Jean-Pierre</b>	<b>Vice-président</b>
PRESTAUX Jacky	
RAYMOND Alain	
<b>RAYMOND Maguy</b>	<b>Secrétaire adjointe</b>
<b>REMANDE Odile</b>	<b>Secrétaire</b>