

## ASSOCIATIONS SPORTIVES

### BADMINTON DE CASSON

## LE PLAISIR EST DANS LE « SHUTTLECOCK » !

Une nouvelle saison qui se termine ! Le BC se porte très bien. Tout n'a pas été parfait, évidemment, mais nous avons de bonnes raisons de nous réjouir. Il faut néanmoins garder la tête sur les épaules et rester humbles. Nous gardons le Cap identique aux années précédentes d'un point de vue sportif, financier, et en termes d'objectifs.

Financièrement et avec des moyens limités, le BC a réussi à boucler cette saison sainement, et ce grâce au soutien de nos sponsors, des bénévoles, des parents et des animations du club. Il faut que cela perdure car nous avons besoin de tous pour répondre aux attentes de nos adhérents. Carpe Diem pourrait être l'adage du BC : bon esprit, convivialité, et bonne humeur sont toujours au RDV. Le BC appartient à tous !

Sophie Jaunasse, Philippe Martin, Frédéric Lopes et Xavier Le Corre viennent renforcer les bénévoles du conseil d'Administration. Merci et Bravo à eux. Un nouveau souffle pour le club.

Pour les années à venir nous lançons actuellement un certain nombre de réflexions en termes de mutualisation.

#### Bilan sportif

Le bilan sportif est encourageant chez les jeunes et adultes. Si nous avons de bons résultats, c'est parce que tout le monde a progressé. Et si nous avons progressé, c'est bien parce que nous avons du plaisir à



#### DATES À RETENIR

**Dimanche 4 septembre 2016**  
Journées Portes ouvertes au BC

**Samedi 9 octobre 2016**  
Tournoi interne-Pot début saison

**Samedi 8 janvier 2017**  
Journée portes ouvertes au BC

**Samedi 15 janvier 2017**  
Tournoi interne jeunes

**Samedi 28 janvier 2017**  
Galette des rois et tirage de la tombola

revenir nous entraîner, nous détendre et nous retrouver. Nous aimons sauter très haut, frapper fort, faire des amortis, feinter, courir, transpirer, râler contre nous-mêmes, beaucoup rigoler aussi. En fait, pour faire voler ces 5 grammes de plumes dans les airs !

#### Bravo Mesdames

Comme chaque année, s'est déroulé dans la convivialité et la bonne humeur le quatrième tournoi interentreprises en double de badminton. Il est à noter à cette occasion, une participation importante de femmes. Cela conforte la volonté du BC de promouvoir le badminton féminin. Bravo Mesdames !

#### Bravo les jeunes

Un tournoi interne simple jeunes a eu lieu à Casson. Pour la plupart des jeunes, c'était une première. Ils ont découvert à travers plusieurs matchs les effets de la compétition et les points qu'ils doivent travailler aux entraînements. Le club remercie tous les enfants pour leur fair-play, les sponsors, et les parents, qui ont participé grandement à cette réussite.

#### Le BC au Vendéspace de Moulleron-le-Captif

Plusieurs adhérents du BC sont allés assister aux huitièmes, quarts, et demi-finales du championnat d'Europe 2016 de badminton. Ce fut l'occasion pour certains de discuter et de prendre des conseils auprès de Brice Leverdez numéro 1 Français et du double mixte Léa Palermo et Bastian Kersaudy.

#### Le BC contribue à la protection de l'environnement

Le club s'est engagé, cette saison avec l'aide de la société Philippe et Fils, aux règles de base de la vie en collectivité et aux pratiques éco-citoyennes avec l'utilisation de ses propres éco-gobelets.

#### Quatre mots « Convivialité, Respect, Simplicité, Plaisir » qui symbolisent l'identité du club et l'état d'esprit !

**Encore Merci** aux partenaires privés et publics qui nous soutiennent. On ne le répétera jamais assez : leur présence à nos côtés est indispensable pour exister et développer de nouvelles actions. Sans eux le club ne serait tout simplement pas là où il en est, et sans eux rien ne serait possible.

#### Période Juillet-Août - Saison 2016/2017

Ouvert le dimanche de 9h30 à 12h00, le lundi de 20h00 à 22h00 et le mardi de 19h30 à 22h30.

La saison reprendra dès la première semaine de septembre. Le club conserve les deux entraîneurs diplômés.

Inscriptions dès maintenant pour les nouveaux adhérents, à la salle des sports, de Juin à Septembre, le dimanche matin de 10 h à 12 h, et au Forum des associations.



«Actualité-Vous souhaitez en savoir plus, allez sur notre site : [www.badminton-de-casson.fr](http://www.badminton-de-casson.fr) ou renseignez-vous auprès des responsables à la salle des sports. N'hésitez plus, venez nous rencontrer. Vous serez les bienvenus !

**ENVIE DE SMASHER ?!**  
Contactez-nous :  
[badminton.casson@laposte.net](mailto:badminton.casson@laposte.net)



## GRANDCHAMP-ARTS-MARTIAUX

**Grandchamp-Arts-Martiaux compte aujourd'hui plus de 280 adhérents (20% de Cassonnais), répartis dans les six disciplines proposées par le club, à savoir :**

- Le JUDO, dès l'âge de 4 ans.
- le JUJITSU, un art martial japonais qui remonte à l'époque des Samourais.
- Le KALI-SILAT-SYSTEMS, des techniques de self-défense d'origine indonésienne.
- Le TAISO, une « culture physique » très complète composée de nombreux exercices : assouplissements, étirements, renforcements musculaires, cardio-respiratoires, et relaxation.



- Le TAICHI-CHUAN, art martial chinois bénéfique pour la santé qui peut se pratiquer jusqu'à un âge très avancé.

- Le QI-GONG, « gymnastique » chinoise qui permet le renforcement de l'énergie et l'assouplissement du corps. Souvent préconisé par des praticiens dans de nombreuses pathologies (insomnie, stress... etc).

Malgré le nombre important de pratiquants, le club a su conserver sa dimension humaine. On y vient, bien-sûr pour faire du sport, entretenir son corps, mais aussi pour se « vider la tête ». Notre objectif est d'apporter un enseignement de qualité dans une ambiance conviviale.

Les Cassonnais y sont les bienvenus et l'entente Grandchamp/Casson fonctionne toujours aussi parfaitement.

**Pour tous renseignements :**  
[www.grandchamp-arts-martiaux.fr](http://www.grandchamp-arts-martiaux.fr)  
**Frédéric Gousse Président 06.07.98.00.40**  
**Françoise Brassier (secrétaire) référente pour Casson 06.84.20.95.40**

