

Un challenge sportif et gourmand



Les membres en plein challenge.

A. Fraile-Besnault

Ce vendredi 27 juillet avait lieu un « challenge du coach cross-training accompagné d'un apéro partagé » à l'ASST (association sport santé training) de Civray-sur-Esves. Un moment convivial ouvert aux adhérents qui a accueilli une dizaine de participants. « Après le challenge sportif, chacun amène à boire et à manger et on partage un repas sans frais mais en famille », précise Émeline Mathieu, coach sportif.

Cette salle de sport accueille plus

de 200 adhérents grâce à une forte demande sur le territoire. Émeline et Quentin Mathieu en sont les coachs sportifs. Ils s'entourent de spécialistes comme des ostéopathes, une diététicienne, un podologue. Prochainement, Alan Laulergue devrait les rejoindre pour proposer des cours d'haltérophilie et de musculation ainsi qu'Alexandra Moura qui pratiquera, en extérieur, la marche nordique.

Contact au 07 69 37 70 73.



Après l'effort, un moment de partage bien mérité.

A. Fraile-Besnault