

# Sports pour Tous Bretagne

NEWSLETTER N°7 - OCTOBRE 2024

## Une belle saison sportive à tous !

Vous avez été nombreux à nous faire part d'un rebond des inscriptions dans vos cours à la rentrée. Nous souhaitons vous **remercier** tous : responsables de clubs, animateurs sportifs, adhérents pour votre **engagement** et votre **dynamisme**. La saison démarre dans une belle dynamique et l'objectif du comité régional de **24 000 licenciés** en 2024 se rapproche !



Nous souhaitons la **Bienvenue** aux structures qui viennent de rejoindre le réseau **Sports pour Tous Bretagne** :



### Activités Gymniques

**Club de musculation paimpolaise** - Paimpol (22) - Adultes/Seniors  
**Vis ta Gym** - Lesneven (29) - Adultes/Seniors  
**Moovéa Sport et Culture** - Pluguffan (29) - Ados/Adultes/Seniors  
**Fitness Plescop** - Plescop (56) - Ados/Adultes/Seniors  
**Amuzetbouge** - Muzillac (56) - Multi-sports

### Activités Enfants

**Moovéa Sport et Culture** - Pluguffan (29) - Danse TikTok  
- Zumba - Street Dance  
**Gym Kids** - Nivillac (56) -  
Eveil Corporel - Gym au sol -  
Gym sur Agrès  
**Amuzetbouge** - Muzillac (56)  
- Multi-sports



### Qi Gong

**Les Dragons du Tao** -  
Quimper (29)



### Taekwondo

**Dae An Taekwondo Dojang**  
- Rennes (35)

### Chessboxing



**Chessboxing** - Rennes(35) - Activité  
mélangeant la boxe et le jeu d'échec



## SÉMINAIRE ÉLUS/SALARIÉS

Une grande partie des **élus et salariés** du comité régional et des comités départementaux se sont **réunis** fin août à la Base de loisirs fédérale de Ste Enimie. Ce regroupement a permis de travailler sur les **l'élaboration du projet sportif 2024-2028**



**Vous aussi, donnez-nous vos idées** sur le "Sports pour Tous" pour ces 4 prochaines années en **participant aux groupes de travail :**  
**"Les actions vers les clubs du réseau" - "Le sport entreprise"**  
**"L'évènementiel" - "La Formation Bénévole"**



Contactez-nous à :  
[karine.borges@sportspourtous.org](mailto:karine.borges@sportspourtous.org)

## DU NOUVEAU DANS L'ÉQUIPE

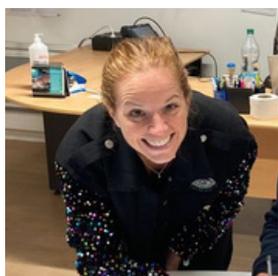
Bienvenue dans la famille Sports pour Tous Bretagne à :

**Élodie Schneider**

*Formatrice sur les CQP Sésame*

**Pierre Coste**

*Chargé du projet "Lutte contre la sédentarité des jeunes"  
et en soutien du CD29 sur le sport santé*



## Retour en images sur La semaine de la Forme

**Merci aux 13 clubs** mobilisés sur cet **événement fédéral national** en organisant des séances et activités gratuites pour **sensibiliser le grand public** à la notion de "forme" et aux bienfaits de l'activité physique et sportive.



# LES FORMATIONS 2024-2025

## Pour les animateurs ou futurs animateurs

**1 CQP ALS option AGEE**  
A partir de **Janvier 2025**, les **vendredis** sur **Rennes**, sur des **semaines complètes** sur **Le Relecq Kerhuon** et les **week-ends** sur **Pontivy**

**2 La SSBE**  
Sports Santé Bien Etre si vous êtes intéressé pour promouvoir les programmes fédéraux auprès de publics spécifiques. le 4 avril et du 7 au 10 avril 2025 au Relecq Kerhuon

**3 Pilates pour tous**  
Apprendre à construire un cours de Pilates contemporain du 25 au 26/01/2025 du 8 au 9/02/2025 et le 15 mars 2025 à la maison des sports de Ploufragan (22)

**4 Formation bénévoles**  
Pour les personnes qui aimeraient se porter volontaire pour le remplacement ponctuel de leur animateur S1:23/11/2024, S2: 11/01/2025, S3: 01/03/2025, S4: 26/04/2025, S5: 14/06/2025 dans le 56 (lieu à définir)

**5 Projet de formation "Abdominaux avancés : Bernadette de Gasquet perfectionnement au tapis et ballon"**

**Si vous avez des besoins ou des envies n'hésitez pas à nous les partager**

Pour **vous inscrire**, rendez-vous sur le site de la Fédération Française Sports pour Tous - rubrique « **Se former** »

Pour tous renseignements : [solene.bricard@sportsourtous.org](mailto:solene.bricard@sportsourtous.org)



## FOCUS SUR OCTOBRE ROSE



La **Ligue contre le cancer** organise l'**Octobre Rose** pour sensibiliser les femmes à la **lutte contre le cancer du sein**

Vous êtes nombreux chaque année à participer aux **actions pour soutenir cette cause !**

L'occasion pour nous de faire un focus sur les **bienfaits de la pratique d'activité physique** sur **les cancers** qu'ils soient **féminins ou masculins**



**Meilleur équilibre hormonal**



**Réduction du stress**



**Diminution du risque de récidence**



**Meilleur système immunitaire**



**Meilleur qualité de vie**

## VOS CONTACTS

Romain Pierrette



CD22

Chantal Nathalie



CD29

Géraldine Annie



CD35

Églantine Anne Charlotte



CD56



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
**SPORTS POUR TOUS**  
BRETAGNE