LA GAZETTE À DAMIER

JANVIER 2022 / N°23

ACTU À LA UNE

BELLE ANNÉE 2022

La Présidente du Club Athlétique Béglais, le Comité Directeur, le Directeur Général et toute l'équipe vous souhaitent une très belle année 2022 !

Nous avons prouvé notre capacité à faire face, à s'adapter aux différentes situations dans une agilité collective importante ces deux dernières années.

Nous souhaitons vivement que l'année 2022 nous permette de retrouver une saison sportive animée, compétitive et conviviale !

Un énorme merci à toutes les personnes qui accompagnent le CAB dans cette dynamique, qui œuvrent à son fonctionnement en portant nos sections, nos secteurs d'activités et tous nos projets de développement !

À ce titre nous souhaitons la bienvenue à la nouvelle section sport-boules, pétanque et jeu provençal !

À très vite pour de nouvelles actualités placées sous le signe du renouveau !

Prenez soin de vous.

Tout seul on va plus vite ensemble on va plus loin !

Élodie HERNANDEZ-DENIAU
Présidente Générale du CAB

La section Basket souhaite une excellente année à tous les «Cabistes «ainsi qu'à tous leurs proches !

Pour cette nouvelle année le CAB Handball présente ses meilleurs vœux de bonne santé bonheur et réussite, à l'ensemble des licenciés et adhérents du CAB ainsi qu'aux lecteurs de la gazette.

VOS SECTIONS DU CAB VOUS PRÉSENTENT LEURS MEILLEURS VŒUX !

La section Pelote Basque vous adresse également leurs vœux.
« Meilleurs vœux à tous pour cette nouvelle année et un merci particulier à tous nos adhérents pour leur fidélité. Merci aussi aux partenaires, Plaza Immobilier de Bègles et MC Line, ainsi qu'au CAB Omnisports, à la mairie de Bègles, au Conseil départemental qui accompagnent nos sportifs et soutiennent nos actions. Espérons que cette période difficile se calme et nous permettre de nous retrouver pour partager de bons moments. »

« Toute l'équipe du CAB GYM vous souhaite ses meilleurs vœux pour l'année 2022. Nous la souhaitons sportivement épanouissante à tous nos adhérents, leurs familles et notre Club. Une nouvelle page est en train de s'écrire et nous espérons que vous serez nombreux à venir en écrire un ou plusieurs chapitres avec nous. Vous avez peut-être des souhaits ou des idées pour votre club, alors n'hésitez pas à venir nous les partager. Sachez que l'intérêt et l'attachement que vous portez à notre/votre club, le CAB GYM, motive nos actions. »

RETOUR SUR LE CHAMPIONNAT DE GIRONDE DE CROSS COUNTRY 2022 ORGANISÉ PAR LE CAB ATHLÉTISME !

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE DE LA SECTION ATHLÉTISME, MARTINE WATRICE

« En ma qualité de Présidente du CAB Athlétisme, j'ai été approchée par le Comité de Gironde d'Athlétisme afin d'organiser le championnat de gironde de cross-country en 2022.
Le savoir-faire de la section pour l'organisation d'un cross, le magnifique Parc à Mussonville, et l'engouement de tous les athlètes girondins pour le site de Bègles, ont fait que c'est naturellement et avec fierté que j'ai accepté.

Le service des sports de la Ville de Bègles a été partie prenante immédiatement avec moi dans l'organisation.

C'est plus de 1100 athlètes qui sont venus courir et chercher la médaille de champion de gironde !

200 enfants de 6 à 7 ans ont participé à une animation «cross» avec le Comité de Gironde.
De beaux champions sont sortis vainqueurs de cette journée. Chez les béglais, il faut noter les magnifiques champions de gironde que sont Eliette CHAPUT et Philippe AVEZOU.
Une équipe cabistes championne de gironde avec médaille de bronze !

Le 30 janvier, la section part affronter tous les clubs de la Nouvelle Aquitaine pour les 1/4 de finales de cross à Oloron Ste Marie (64), avant de se diriger le 20 février à Bressuire (79) pour les 1/2 finales. Le but est d'amener les meilleurs athlètes au championnat de France de Cross le 13 mars aux Mureaux (78).

Vive le cross country, base de l'athlétisme ! »

NOUS FÉLICITONS MARTINE WATRICE POUR L'OBTENTION DE SON DIPLÔME DE « JUGE CROSS » : 1ER JUGE CROSS EN GIRONDE !

BORDEAUX
248
214

208
249

219
9996

207

206
223
232
207

254

L'AGENDA DE JANVIER

LE 15 JANVIER : Match de **Basket** au complexe Paul Langevin SF à 18h30 SG à 21h00.

LE 15 JANVIER : Guillaume Nicol et Antoine Gonzalez de la section **Peloque Basque** sont en finale de championnat de France en mur à gauche gomme pleine à Bazas.

LE 16 JANVIER : Kévin Pucheux et Patxi Guillenteguy de la **Pelote Basque** sont en finale de championnat de France de trinquet gomme creuse à Bayonne.

LES 15 ET 16 JANVIER : Compétition Départementale Équipe Fédérale A GAF du de la section **Gymnastique** à Arcachon. 3 équipes du CAB GYM sont engagées :
- Samedi à 17h40 : Équipe de Ludivine Fed A Reg 10-13 ans Enneade, Lilou, Chloé, Agathe et Elisa M.
- Dimanche à 10h40 .Équipe de JB Fed A 10 ans et plus Elisa B, Sachka, Judith, Madeleine et Maëlyss.
- Dimanche à 13h20 Équipe de Nath Fed A Reg 10 ans et plus Marthe, Lauriane, Angélina, Lou et Lilou.

LE 22 JANVIER : À 20h30 nos Béglaises de la section **Handball** affrontent Rochechouart.

À noter : Chaque week-end, le CAB handball reçoit un match important, aussi bien dans les catégories jeunes avec les U17F championnat de France ou chez les seniors avec la nationale 3 et l'équipe professionnelle qui évolue en 2ème division.

LES VACANCES SCOLAIRES SONT DANS MOINS D'UN MOIS : LES SECTIONS DU CAB VOUS PRÉPARENT UN PROGRAMME SPORTIF POUR VOS ENFANTS, RESTEZ CONNECTÉS !

LE PORTRAIT DU MOIS

NATHALIE BOUÉ

« CE N'EST PAS GRAVE DE TOMBER. CE QUI EST IMPORTANT, C'EST LA VITESSE À LAQUELLE TU TE RELÈVES. »

Bonjour, peux-tu te présenter ?
Je m'appelle Nathalie Boué, dit Nath. j'ai 42 ans et je fais partie de la section Gymnastique du CAB.

Peux-tu nous détailler ton parcours et ton ancienneté au sein de ta section ?
J'ai commencé en tant qu'entraineur bénévole à la section gym en 2010, puis j'ai été embauchée à temps partiel où j'ai eu la possibilité de me former pour obtenir 2 CQP (Gymnastique Artistique et Petite Enfance).
Cela fait maintenant 3 ans que je suis à temps complet dont 9 h par semaine en périscolaire où je fais découvrir la gymnatique aux enfants bèglais.

Quel est ton rôle ?
Je suis entraineur de gym et j'ai pour mission d'encadrer les groupes de baby gym, loisirs, competitions GAF niveaux fédéral B et trophée fédéral et depuis un an je m'initie à la pratique de la Team Gym.

D'où vient cette passion ?
J'ai découvert et pratiqué la gymnastique dès 6 ans dans le Club GYMNIX à Gradignan, jusqu'à l'âge de 16 ans. J'ai eu la chance d'arriver 1ère en équipe et 3ème en individuel de ma catégorie aux championnats de france . Puis pendant 15 ans, la vie m'a éloigné de ma passion pour recroiser mon chemin par hasard en 2010.

Ta section en 3 mots ?
Joie / Partage / Familiale

Et pour la suite ?
Je souhaiterais permettre à mes gymnastes Compétitives d'accéder aux niveaux supérieurs, me former en Team Gym et avoir la chance d'accompagner mes équipes au niveau National. ET... Valider mes derniers modules pour obtenir mon BPJEPS.

ZOOM SUR LA SECTION GYMNASTIQUE

NOTRE CLUB EST AFFILIÉ À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE. ON Y PRATIQUE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE (AUX AGRÉS).

LES DIFFÉRENTS COURS

LE SECTEUR LOISIRS

• BABY GYM

Pour les petits acrobates en herbe, de la motricité sous forme de parcours ludique.

• GYM ADULTE

Pour se dépenser, évacuer la pression, ou continuer à progresser.

• TEAM GYM

Pour faire de la chorégraphie synchronisée en équipe et des acrobaties sur piste et saut.

• LOISIRS

Pour apprendre en s'amusant dès le CP et jusqu'au lycée.

Le secteur compétition

• GAM ET GAF dès 6 ans

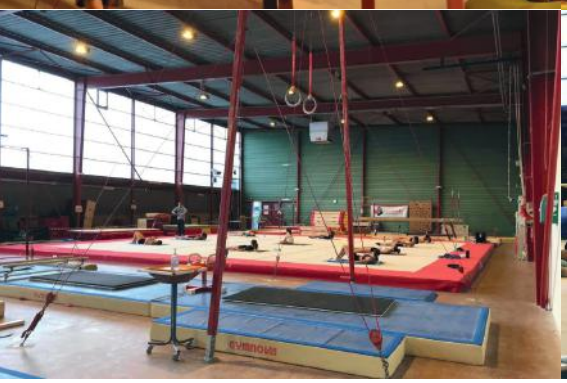
Pour se dépasser, viser et gravir les podiums.

Mail : cabgym@orange.fr
Téléphone : 05 56 49 12 32 (Le soir après 18h)
Lieu : 24 Rue Louis Rochemond, 33130 Bègles

RETROUVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX !

Liens réseaux sociaux :
https://www.facebook.com/CABGym1907
https://www.instagram.com/cabgym

Pour assurer une continuité des activités en période de crise sanitaire le CAB Gym a proposé à leurs adhérents des ateliers en extérieur... Désormais les activités ont pu reprendre en intérieur pour le plus grand plaisir des athlètes !



NOUVELLE SECTION AU SEIN DU CAB

SECTION SPORT-BOULES, PÉTANQUE ET JEU PROVENÇAL

Le CAB intègre une nouvelle section : Sport-boules, pétanque et jeu provençal. Vous souhaitez en savoir plus sur les différentes façons de jouer ? N'hésitez pas à participer à une séance découverte les mercredis après-midi de 15h à 19h.

RÉSOLUTIONS 2022 :
JE PRENDS DU TEMPS POUR MOI !

AVEZ-VOUS PRIS VOS RÉSOLUTIONS POUR CETTE NOUVELLE ANNÉE 2022 ?
DÉGUSTER LA MEILLEURE DES GALETTES DES ROIS ? CERTES...
ET SI VOUS PRENIEZ SOIN DE VOUS ?
LE CAB DÉBORDE D'IDÉES, NOUS PENSONS À VOUS !

2022 L'ANNÉE DU MIEUX !
JE PRENDS DU TEMPS POUR MOI !

Il n'est pas trop tard pour débuter une activité sportive !
Des places sont encore disponibles pour les activités suivantes :

FITNESS MUSCULATION

LIEU D'ACTIVITÉ : 11 Avenue Saint Paulin 33130 Bègles

TARIF : 175€* accès illimité aux cours collectifs (planning disponible sur notre site internet) et au plateau de musculation

Cours d'essai offert !

TAI CHI CHUAN

LIEU D'ACTIVITÉ : Gymnase du lycée Vaclav Havel - Rue Danielle Mitterrand 33130 Bègles

HORAIRES : Lundi et jeudi de 19h00 à 20h30

TARIF : 180€* pour 3h d'activité par semaine

2 cours d'essai offerts !

YOGA

LIEU D'ACTIVITÉ : 11 Avenue Saint Paulin 33130 Bègles

HORAIRES : mardi de 19h45 à 21h15 ou mercredi de 9h30 à 11h

TARIF : 180€* pour 1h30 d'activité par semaine

Cours d'essai offert !

MARCHE NORDIQUE

LIEU D'ACTIVITÉ : parcs alentours (Mussonville, Mandavit…)

HORAIRES : mardi de 9h30 à 11h et/ou jeudi de 9h30 à 11h

TARIF : 100€* pour 1h30 d'activité par semaine ou 150€* pour 3h d'activité par semaine

Cours d'essai offert !

*** TARIFS CALCULÉS AU PRORATA DU NOMBRE DE MOIS RESTANTS.**

MEILLEURS VŒUX À NOS PARTENAIRES !
À CEUX QUI SONT LÀ DEPUIS LE DÉBUT,
CEUX QUI NOUS ONT REJOINT RÉCEMMENT
ET À CEUX QUI REJOINDRONT
L'AVENTURE CAB EN 2022 !

NOTRE CLUB PARTENAIRES

Le porteur d'eau JMGC
E.M.A
TOSHIBA RÉGION SUD-OUEST
laplante exprimez, imprimez !
AUTOSÉCURITÉ CONTRÔLE TECHNIQUE Centre Commercial Rives d'Arcins BÈGLES
U GOLF ACADEMY
APPLIC FROID
BÈGLES
Carevent.fr 05 56 215 810
Abelli WOOD DESIGN
AVIVA Agence Villenave-d'Ornon
Crédit Mutuel du Sud-Ouest
MARIE VAUBOURGEIX
Servizen Services à domicile Bordeaux-Bègles
lovol-it GROUPE INFORMATIQUE 05 33 08 00 01
TRÈFLE Gestion Location Expertise IMMOBILIER
Gironde LE DÉPARTEMENT gironde.fr
NESTENN GROUPE D'AGENCES IMMOBILIÈRES BÈGLES & VILLENAVE

C.A.B

LE DAMIER A RETROUVÉ DE SA SUPERBE !

Le Club Athlétique Béglais remercie la Municipalité pour la restauration des peintures de l'entrée principale du Complexe Delphin Loche.

CLUB ATHLÉTIQUE BÉGLAIS

Complexe Sportif D. Loche (Stade A.Moga)
1 Impasse Delphin Loche 33130 BÈGLES
05 56 49 42 02
www.cabeglais.fr
cabeglais@cabeglais.fr

CAB - Club Athlétique Béglais

cab_omnisports_