

Continvoir : les seniors font le pari du sport



Une vingtaine de seniors se retrouvent chaque mardi pour pratiquer une activité sportive dans un esprit convivial et ludique.
© (Photo NR)

C'est l'effet Jeux olympiques ! Depuis le mois de mai, la commune de Continvoir propose à ses aînés, âgés de 60 ans et plus, de venir découvrir et pratiquer des activités sportives adaptées. Baptisé « Mon pari 2024 », ce programme est proposé et financé par la Carsat Centre-Val de Loire, en partenariat avec les associations Activités adaptées et santé du Bourgueillois et Été indien.

Il permet aux seniors de pratiquer des activités sportives dans une ambiance décontractée et totalement sécurisée. À Continvoir, ils sont déjà une vingtaine à avoir choisi cette solution ludique et conviviale pour rester en forme.

Chaque mardi, de 15 h à 16 h à la salle des fêtes, ils se retrouvent autour du coach Benoît, qui prend soin de proposer à chaque séance des exercices variés et de niveau adapté aux aptitudes de chacun. Prévu initialement pour six mois, cet atelier rencontre un succès inattendu et sera donc renouvelé. Les inscriptions pour la rentrée sont donc ouvertes.

Renseignements et inscriptions : mairie de Continvoir au 02.47.96.76.02.