

# NEWSLETTER

## AVRIL 2024



Pour commencer cette Newsletter du mois d'Avril, nous sommes ravis de vous présenter Lidia, notre nouvelle stagiaire, qui a rejoint l'ASPTT Aix pour 2 mois afin d'apporter un souffle de nouveauté à notre club.

Son travail nous aidera à développer la communication de notre club, en explorant de nouvelles idées et des projets qui nous feront gagner en notoriété.

Son objectif est d'apporter des améliorations à la communication digitale de notre club, en travaillant main dans la main avec notre équipe et nos membres pour garantir que l'ASPTT Aix continue de se développer.

Nous avons hâte de découvrir les résultats de son travail et les actions qui en découleront.  
**Bienvenue à Lidia !**



### SPORT BOULES

Suite à la saison hivernale de LIGUE M3 à laquelle l'équipe de l'ASPTT SPORT BOULES a participé, cette dernière a terminé à la **5<sup>e</sup> place** à 1 point de l'équipe de FOS.

Seules les 2 premières équipes de ce championnat étaient directement qualifiées pour le championnat de France quadrette les 19, 20 et 21 juillet dans le Rhône.

L'équipe de l'ASPTT M3 a dû passer par un championnat départemental quadrette. Au terme de cette épreuve, l'équipe a obtenu le titre de **champion départemental des Bouches du Rhône** et s'est qualifiée pour le championnat régional quadrette M3 qui se déroulera les 22 et 23 juin prochain.

Ce championnat qui se composera de 4 équipes des Alpes, 3 équipes du Vaucluse, et une des Bouches du Rhône et qualifiera 2 nouvelles équipes de la Ligue PACA au Championnat de France.

Un grand **BRAVO** à l'équipe pour ce beau parcours.

Pour ce qui est du Kidisport, il continue d'être pratiqué à l'école Montessori Es en Ciel tous les jeudis ! Les enfants ont l'occasion de participer à diverses activités sportives, alternant entre jeux de balles, jeux athlétiques, jeux de raquettes et jeux d'opposition.

Cette variété d'exercices permet aux enfants de développer leurs compétences motrices, leur coordination et leur esprit d'équipe tout en s'amusant. Le Kidisport est une excellente façon d'initier les jeunes à

+ différentes disciplines sportives et de découvrir certaines activités.



### KIDISPORT

# NEWSLETTER

## AVRIL 2024



### YOGA

Notre professeure de yoga diplômée organisera un **atelier le dimanche 5 mai** au centre ABHI YOGA, de 17 à 19h.

Elle vous proposera des souffles/pranayama et une méditation autour du **chakra du cœur**.

Pour cela, vous commencerez par faire du ménage, nettoyer l'espace énergétique du centre d'énergie du cœur, éliminer l'agitation, la réactivité, pour ramener de la lumière, du calme, de l'immobilité, et de la douceur.

Ensuite, vous vous installerez dans cet espace pour une méditation autour des symboles présents dans cet espace... un espace plein de magie, plein de douceur, rempli de l'instant présent.

N'hésitez pas à la contacter au **06 84 51 36 50** pour plus d'informations.



### GOLF

La section golf a organisé une sortie ludique le 17 mars sur le très beau parcours de Pont Royal, regroupant 12 participants pour les 18 trous et 5 participants pour le parcours de la Durance, sous une météo clémente et une joyeuse ambiance.

Du 9 au 11 mai, la section golf sera présente à l'Open national ASPTT à Périgueux. Il s'agit du championnat de France des clubs ASPTT Golf organisé chaque année par la FSASPTT. Il rassemble des compétiteurs d'une trentaine de sections golfs venus de toute la France, où les golfeuses et golfeurs des ASPTT de France s'affronteront en équipe et en individuel.

Dernière ligne droite pour la 2ème demi-saison qui se terminera début juin : nos 5 équipes montent en puissance pour chercher les dernières victoires dans le championnat départemental UFOLEP... Et toujours dans la bonne humeur !!

La section volley terminera l'année avec une soirée fin juin pour fêter les résultats et préparer les sessions de beach de juillet/août



### VOLLEY



@asptt\_aix\_en\_provence



Asptt Aix En Provence

