

« Le petit rendez-vous hebdo de la gym »

« C'est toujours du renforcement musculaire avec un peu de step, des étirements, du stretching... », énumère Brigitte Fiévet, professeur de sport et animatrice des cours de gymnastique volontaire. La rentrée sportive a sonné au Mille-club de Combles-en-Barrois. Véritable invitation à garder la ligne ou simplement à se sentir bien dans son corps, antidote au stress de la vie, belle occasion de bouger, tous les arguments sont bons pour rejoindre ce cours hebdomadaire de gymnastique.

« Pour nous, c'est notre petit rendez-vous hebdomadaire, entre copines pour le plaisir », assurent avec le sourire Élodie et Marina.

« Ces cours sont ouverts à tous et nous espérons toujours que des hommes viendront nous rejoindre. »
Marie-Odile Heinemann
 Responsable

Pour Annie Constant, ces séances du lundi soir sont comme un remède efficace, une sorte d'élixir de jeunesse : « Cela fait 40 ans que je viens faire de la gym et je n'envisage pas d'arrêter. » Dans une ambiance détendue et conviviale, Brigitte Fiévet prend plaisir à accueillir et accompagner sporti-

vement toutes les volontaires. Tandis que de nouveaux visages grossissent le lot des habituées, Marie-Odile Heinemann, la responsable de la section gymnastique de l'AEP souligne : « Plusieurs places sont encore disponibles et les deux premières séances sont gratuites pour permettre à celles et ceux qui

hésitent à tester la formule sans s'engager. »

> Renseignements et nouvelles inscriptions sur place pendant les séances de gym au Mille-Club ou en téléphonant à Marie-Odile au 03 29 45 12 37. Séances chaque lundi de 19 h 15 à 20 h 15.



Tous les nouveaux sportifs sont accueillis à bras ouverts.