Limoges → Vivre sa ville

PRINTEMPS SPORTIFS ■ Les plus de 50 ans peuvent tester de nouvelles activités sportives du 12 mars au 1er juin

Il n'y a pas d'âge pour se mettre au sport

L'opération ne s'est pas essoufflée avec les années, et la Ville de Limoges propose à nouveau un programme de huit semaines destiné aux seniors non licenciés.

Maryline Rogerie
maryline.rogerie@centrefrance.com

PLONGÉE. Une activité qui fait des émules. ARCHIVES

Alors que les inscriptions viennent tout juste de démarrer, Sylvie Rozette, l'adjointe aux sports, ne cache pas sa satisfaction. « Les habitudes sont prises et cette opération est une belle passerelle pour intégrer un club ou association sportive… » Pour preuve, le nombre d'inscrits qui ne cesse d'augmenter, passant de 157 en 2014 à 180 en 2015, puis à 215 en 2016, avant d'atteindre les 228 l'an passé. Des participants dont le profil varie peu : ils ont entre 50 et 83 ans – plus nombreux dans la tranche 60-70 ans – et sont à 66 % des femmes.

Trois disciplines maxi

Pour cette quatorzième édition des Printemps sportifs, ils auront le choix entre 19 activités, dont deux nouvelles : le tennis sur terre battue avec le Limoges tennis club garden, et le naginata, art martial japonais avec le Naginata LEC. Dans tous les cas, ils pourront tester trois disciplines maximum, parmi lesquelles l'aquagym, le badminton, le bowling, les échecs, l'équilibre, l'escalade, le golf, la gym douce, le golf, la plongée, la rando canoë, ou encore le yoga. Pour les aider à choisir, les activités sont classées, cette année, sur une échelle d'intensité de l'effort.

« Nous avons eu, l'an passé, un très fort taux de remplissage sur la majorité des activités, constate encore l'élue. Ce qui a le moins bien marché, c'est la danse country et le tir-à-l'arc… » Enfin, tout est relatif, car les deux activités citées ont toutefois enregistré un taux de remplissage de 60 % ! Quant au questionnaire de satisfaction distribué à l'issue de cette précédente édition, 98 % des inscrits disent vouloir recommencer. Quant au nombre de personnes qui a franchi le pas en s'inscrivant dans un club, il n'est pas négligeable, notamment sur le golf ou la plongée.

Huit semaines

« Notre objectif reste inchangé, insiste Sylvie Rozette, il s'agit de contribuer au bien-être des seniors, les aider à maintenir leur capital santé, et aussi renforcer la cohésion sociale par le sport. » Pour ce faire, six éducateurs du service des Activités physiques et sportives, et quatre associations sportives (*) sont sur le pont pendant les huit semaines de l'opération. ■

(*) Club subaquatique de Limoges, comité départemental de tennis de table, Limoges tennis club garden, ASPTT Limoges canoë-kayak.

INSCRIPTIONS, MODE D'EMPLOI

PARTAGE. Le rire aussi permet de garder la forme. ARCHIVES

OÙ ? ■ Maison des sports de Beaublanc, 35, bd de Beaublanc ; de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h ; **tél. 05.55.38.50.55**. Téléchargement du dossier d'inscription de la fiche « bilan sport santé » et du règlement intérieur sur www.ville-limoges.fr, rubrique sport. ■

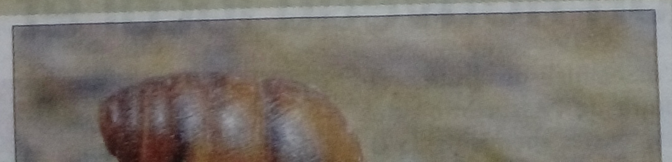
PIÈCES À FOURNIR ■ La fiche « bilan sport santé » comprenant le certificat médical de non contre-indication aux activités choisies, à transmettre **avant le 9 mars** ; un justificatif de domicile pour les habitants de Limoges ; l'attestation d'assurance responsabilité civile ; le paiement (chèque ou espèce). L'inscription est définitive uniquement lorsque le dossier est complet. ■

TARIFS ■ Personnes domiciliées à Limoges : 14 € ; personnes domiciliées hors Limoges : 24 €. ■

DIMANCHE NATURE

Les mollusques à la trace

La Société limousine d'étude des mollusques (SLEM) s'intéresse aux escargots, limaces et moules d'eau douce



PISCINES

NOUVEAUTÉ ■ Des cartes à puce à l'entrée

À l'entrée des piscines municipales de Saint-Lazare, Beaublanc et Les Casseaux, les cartes d'accès actuelles vont céder leur place en février à de nouvelles cartes à