Infos des Associations - Marcellaz-Albanais - Octobre 2022

JUDO CLUB



La reprise des cours a eu lieu le mardi 12 septembre et a remporté un vif succès ! Nous sommes ravis d'accueillir notre nouveau professeur **Emre Sanal**, sportif de haut niveau, qui, avec Yannick Mégret, Lionel Beaudet et Solène Cannet va assurer les cours, les stages proposés pendant les vacances scolaires et les accompagnements en compétition. Une belle saison sportive en perspective.

Le judo club propose à la fois des cours de **Taïso** et de **Judo-Jujitsu** (self-défense) à différents créneaux horaires tout au long de la semaine, et même **le samedi matin**, afin de permettre à chacun de trouver l'heure qui lui convient !

Le taïso, pour tous (judoka ou non), à partir de 13 ans. Du cardio, du renforcement musculaire, des assouplissements, de la relaxation, tous les ingrédients pour se remettre en forme.

Le judo-jujitsu, une pratique, un art de vivre, un code moral...

A noter dans vos agendas : notre traditionnel **bar à huîtres** aura lieu le **samedi 26 novembre 2022**, manifestation conviviale qui nous est chère et à laquelle nous avons hâte de vous retrouver.

Toutes les informations sur notre club, grâce à notre site internet www.judoclubmarcellazalbanais.fr. Vous pouvez aussi nous suivre sur les réseaux sociaux, FaceBook « JUDO CLUB Marcellaz-Albanais » et Instagram « judoclub_marcellaz. »

Le comité.

SHU NO

Bè,sti shôtin, kinta shalë, kinta sètyà, pa mé d'éga, l'shelouê kminsîve a no dégotâ….

Mé sti cou, l'èdari è arva :piè d'léza, piè d'irondelle, piè d'parplyon, piè d'fyë, mé on moué d'brav colëu diè lo boë….

La nature va povè s'arpoza :diè lo bosson, lo's alonye son tomba, l'lon dé sizè, su lô gran poblyô défolyu, on vè lô ni dé jhactè ,Su lo shatanyi, to kmé d'èrson,on vè bâyi l'groin dé gorfon dé shatanyè, a la promire blyanzhèla,on vè parto dégringolâ lo fôlyè séte,a poé on zo l'tin s'enbornè d'tô lô kouté è vètia….,la promire nè kminffe a tomba…è shalanda sara enco stian l'vint-cin désimbre !!! a bastou….

Bien, cet été, quelle chaleur, quel soleil, quelle sècheresse, pas d'eau, le soleil commençait à nous dégouter !

Mais cette fois l'automne est arrivé : plus de lézards, plus d'hirondelles, plus de papillons, plus de fleurs, mais beaucoup de belles couleurs dans la forêt !

La nature va pouvoir se reposer : dans les buissons, les noisettes sont tombées, le long des haies, sur les grands peupliers défeuillés, on voit les nids des pies…Sur le châtaignier, comme des hérissons, on voit s'ouvrir les bogues des châtaignes, à la première blanc-gelée, on voit partout dégringoler les feuilles sèches, et puis…un jour le temps s'assombrit de tous les côtés, et voilà la première neige commence à tomber… et Noël sera encore cette année le 25 décembre !!!!!

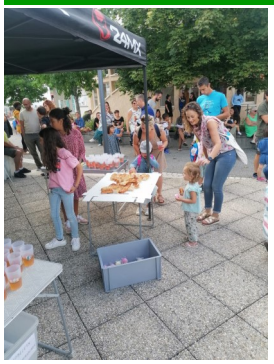
A bientôt

AIDER SŒUR ANNE-FRANÇOISE DANS SA MISSION EN INDE

UN CONCERT POUR LES PLUS DEMUNIS EN INDE

Le **dimanche 27 novembre 2022 à 17 heures**, en **l'église de Marcellaz-Albanais**, l'Association « Aider Sœur Anne-Françoise dans sa mission en Inde » vous invite à un **concert**, avec la participation des chorales « Braises & Bourgeons » de Fillinges, et « La Ritournelle » d'Alby-sur-Chéran. Cette soirée est dédiée aux enfants du dispensaire de Prathipadu en Inde où Sœur Anne-Françoise a oeuvré une grande partie de sa vie. **Entrée libre**, nous vous attendons nombreux.

APE



Comme chaque rentrée, c'est un démarrage sur les chapeaux de roues pour notre APE avec l'organisation du vide-grenier de la Saint-Maurice. Mais cette année plus encore, après deux ans de privation, les malles débordaient, les cartons explosaient et les garages étaient bien (trop) remplis – la voiture devait passer la nuit dehors. On a senti donc un réel engouement au niveau des inscriptions.

Côté école, nous avons pu proposer des goûters de bonne rentrée, viennoiseries (de la boulangerie du village) et jus de fruits (de notre épicerie locale), les vendredis 9 et 16 septembre aux élèves de maternelle et de primaire. Bref, ce fût de savoureux moments de partage.

Par ailleurs, Monsieur Rémi Bey, le nouveau directeur de l'école, a organisé au centre rural une réunion afin de se présenter aux parents d'élèves directement et d'expliquer succinctement l'organisation de l'école pour cette nouvelle année scolaire.

A cette occasion, ayant été conviés, nous avons pu exposer à travers un diaporama les valeurs prônées et le fonctionnement de notre association.

Alors si, comme nous, vous êtes prêts, motivés, intéressés : **3, 2 , 1, Rentrez !!** ape.marcellaz@yahoo.fr

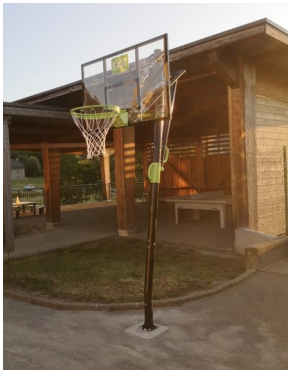
APEL LÉON MARIE - OGEC



Super rentrée à l'école Léon Marie !

Les vacances sont terminées et la rentrée s'est bien passée pour les 91 écoliers de Léon Marie. Avec l'ouverture de la 4ème classe, enfants et équipe pédagogique prennent leurs marques.

Et c'est sur les chapeaux de roue que les maitresses et l'APEL ont entamé cette nouvelle année scolaire avec l'organisation du traditionnel "samedi des familles" le 17 septembre : une matinée conviviale entre parents, enfants et équipe pédagogique se terminant par un grand buffet canadien. Puis, le 25 septembre, a eu lieu l'emblématique vide-grenier de la St Maurice organisé en collaboration avec l'APE, la mairie et des villageois très impliqués dans le vie du village. Au programme : vente de brioches dans les différents hameaux, vente de bidoyon, restauration, buvette, jeux en bois ainsi qu'un charmant spectacle déambulatoire.



Côté agenda : samedi matin 22 octobre : marché boudins/pommes accompagné de l'association des patoisants puis le marché de Noël le samedi 3 décembre. Celui-ci ayant rencontré un grand succès l'année passée, la formule "activités manuelles, marche aux lampions, chants, rencontre avec le Père Noël " devrait être reconduite !

L'APEL souhaite à tous un excellent automne.

MLC

STAGES ZUMBA

Après un début de saison encourageant, avec notamment une belle fréquentation des activités Pilates et Yoga, nous avons le plaisir de vous proposer une autre nouveauté.

En effet, comme annoncé en début d'année, MLC vous fait découvrir la zumba, mélange de danse latino et de fitness.

Cette activité cardio permet de renforcer son corps et brûler des calories, et sera dispensée par Marjolaine VIRET, habitante de Marcellaz. Pour les raisons évoquées ci-avant, l'activité est ouverte au plus de 16 ans.
Cette année, nous proposerons des stages se déroulant sur 2 jours, le premier étant programmé lors des prochaines vacances scolaires de la Toussaint.

Deux sessions sont prévues : **25 et 26 octobre** – **02 et 03 novembre**, de **19 h à 20 h**. Le coût du stage est de 30 €.

Les personnes intéressées sont priées de contacter le référant indiqué sur le flyer de l'association pour une pré-inscription.

Venez danser et vous dépenser !

A très vite,

Le bureau MLC