

VAL DE MODER - ASSOCIATION FESTI'VAL

Une nouvelle section de tai bo

La jeune association Festi'Val du Val de Moder, dirigée par Gauthier Dacruz, a ouvert une nouvelle section sportive de tai bo, mélange d'aérobic et de boxe.



Le Tai bo mélange aérobic, fitness et mouvements de boxe, le tout en musique. PHOTO DNA

Après une première saison de lancement en mairie de La Walck, la section a désormais un créneau horaire à La Scène de Pfaffenhoffen, les jeudis de 19 h 30 à 20 h 30. Animés par Angélique Feiss, les cours de tai bo mélangent fitness, aérobic et mouvements d'arts martiaux, le tout en musique.

Une trentaine de participants

Les exercices très rythmés sollicitent fortement le cœur, renforcent la musculature et se terminent toujours par du stretching (étirements) pour éviter toute blessure. Près d'une trentaine de membres participe régulièrement aux séances, mais il reste encore quelques places.

La première séance d'essai est d'ailleurs offerte pour se faire une idée de la discipline. Si pour le moment il n'y a que des femmes à s'être inscrites, les cours sont aussi ouverts aux hommes. Renseignements auprès d'Angélique au ☎ 06 82 14 07 92.

Jean-Marie Arrus à La Scène le 5 novembre

Quant à l'association Festi'Val, elle continue à se développer avec des actions culturelles et aussi caritatives. Ainsi sont prévus le nouveau spectacle de Jean-Marie Arrus « Les Ratsch » à La Scène le 5 novembre prochain à 20 h (billetterie auprès de la boulangerie Reinbold à Pfaffenhoffen ou à La Scène - www.lascenepfaffenhoffen.fr) et une soirée de gala du nouvel an le 31 décembre à la salle des fêtes de Ringendorf (contact Elisabeth Messer au ☎ 06 95 43 53 29).