



Le Journal

LE MOIS DES AMOUREUX

Février 2020

LA VIE DU CODEP



Carla BRISY, trésorière du CODEP EPGV Nord, arrivera prochainement à la fin de son mandat et voguera vers de nouveaux horizons.



Nous **recherchons** dès à présent une personne dynamique qui souhaite rejoindre notre équipe en tant que **trésorier(e)** du CODEP et ainsi bénéficier de la présence de Carla pour être formé(e) ! N'hésitez pas à nous contacter !

PROJETS

Vous êtes **animateur EPGV** ? Vous souhaitez animer de l'activité Senior en Marche Nordique, Mémoire, Equilibre ou Destination Mouvement ?

Vous êtes un **club EPGV** ? Vous souhaitez obtenir un soutien pour pérenniser un cours existant ?



Contactez-nous !

Florian ARNAUD

06 61 19 14 70 - florian.arnaud@codep-59.epgv.fr



LE CONSEIL DU MOIS

Quel soutien-gorge pour faire du sport ?

Les marques font parfois du soutien-gorge de sport un accessoire à part entière, doté de jolies couleurs et de motifs originaux. L'esthétique ne doit pourtant pas être le seul critère de choix. Plus qu'un vêtement à la mode, le soutien-gorge ou la brassière constitue en effet une pièce indispensable de l'équipement de la sportive.



Afin d'éviter que votre poitrine ne soit sollicitée de manière traumatisante avec pour effet secondaire des douleurs scapulaires et/ou dorsales, il est conseillé de choisir brassière ou soutien-gorge de sport spécifique. Pensez aussi à investir dans un modèle un perspirant.

SAVE THE DATE

Marche Bleue

du dépistage du cancer colorectal

Vendredi 27 Mars 2020

Venez marcher pour la bonne cause !

3 ou 5 kms avec ou sans bâtons de marche nordique



Départ à 14h30 du Colysée de Lambersart
199-201 Avenue Pasteur - 59130 Lambersart

Inscription sur <http://bit.ly/marchebleuelambersart2020>

Participation gratuite et ouverte à tous !

RENCONTRE ANIMATEURS

SAMEDI 28 MARS 2020
A LAMBERSART



Au programme : Table ronde animateurs, Conférence Sport Santé et Animation Fit'sticks, dont 2 temps communs avec les dirigeants.

Un livre pédagogique offert pour toute inscription avant le 15 mars.

Le CODEP EPGV Nord organise un **Week-end** Loisirs Sportifs au VVF de **BLERIOT PLAGE**



Les 16 et 17 mai 2020

Rejoignez-nous sur la côte d'Opale pour un week-end d'activités physiques, de rencontres et de bonne humeur !

Restauration et hébergement inclus
Nombre de places limitées

Licence FFEFGV 2019-2020 obligatoire

Inscription auprès du CODEP EPGV Nord :

03 20 13 04 31 - codep-gv59@epgv.fr

120 euros