

Aurélie : Texte de bienvenue à l'AG ABSD du 10 octobre 2025

"Bonjour à tous et merci d'être présents à l'assemblée générale de l'ABSD. Tout au long de l'année, j'ai le plaisir d'accompagner nos différents groupes d'aquagym, d'Aquastep, et natation... et croyez moi chacun a sa personnalité !

Commençons la semaine

- Le mardi - On démarre fort : ce sont les bavards ! On fait du sport mais on refait aussi le monde dans le bassin.
- Le mercredi 11h - Ils ont une particularité très régulière : les retardataires... On pourrait presque décaler officiellement le cours rien que pour eux.
- Le mercredi 12h - C'est pareil... mais version plus light. On sent qu'ils font des efforts.
- Le mercredi 13h - Changement total. Plutôt ponctuels mais surtout sages comme des images. Avec eux c'est calme et efficace (ils n'ont pas vraiment le choix)
- Le jeudi 19h15 et 20h15 - Ce ne sont pas les groupes qui ont une particularité, c'est l'eau ! L'eau est toujours froide, peu importe la température réelle. C'est une tradition !
- Le vendredi 15h et 16h - Alors là c'est magique : ils trouvent l'eau froide... alors qu'elle est plus chaude que les autres jours. J'ai tout essayé. Même le thermomètre ne les convainc pas.
- Le samedi en natation - Ce sont les infatigables ! Ils n'abandonnent jamais et toujours motivés malgré l'heure de l'apéro.
- Le samedi 13h - On descend en pression. Les calmes, ils travaillent bien, en douceur dans une ambiance reposante. Parfait pour l'équilibre de la semaine.
- Et enfin, le samedi 14h - Les libérés. On sent que c'est la fin de semaine. Ils se lâchent.

Chaque groupe est unique et c'est ce qui fait la richesse de cette association. On partage tous la même chose, la bonne humeur et l'envie de bouger dans l'eau.

J'aimerais juste rappeler que l'échauffement est obligatoire pour tous les groupes, il permet de préparer le corps et éviter les blessures.

Merci à vous tous pour votre énergie, votre fidélité et votre confiance.
Merci également aux bénévoles qui font vivre cette association chaque jour.
Sans eux rien de tout cela ne serait possible.

Merci à tous et bon appétit"

Aurélie