**Association Larnod\*\*\*Loisirs**

**Composition du Conseil d’Administration**

AMBONVILLE Bernadette – BARBOTTE Michel – CARMILLE Marie-Josée – CARMILLE Simone – COULON Marcel – FAIVRE Lucienne – GENOUX Mado – OUDET Brigitte – PONCET Colette – TOURNIER Gérard – REVIGLIO Sylviane – SCHMUTZ Janine.

**Composition du bureau**

Président : Michel BARBOTTE

Vice Président : Marcel COULON

Trésorière : Sylviane REVIGLIO

Trésorière Adjointe : Mado GENOUX

Secrétaire : Colette PONCET

Secrétaire Adjointe : Lucienne FAIVRE

**Pourquoi un S à Loisirs ?**

Tout simplement pour la diversité de ses activités : Sportives, **C**ulturelles, **C**onviviales.

Les 110 adhérents regroupant des Larnodiens – Larnodiennes et des personnes extérieures au village, trouvent une activité à leur convenance au sein de l’association.

**ACTIVITES SPORTIVES**

* **Les randonnées du lundi**

Michel BARBOTTE et Jean-Pierre RIGAL, membres élus du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre, sont nos accompagnateurs des randonnées du lundi. En principe elles sont programmées le lundi après-midi. Parfois une balade à la journée est organisée, suivant les caprices du temps. Sans oublier une sortie organisée par Gérard LEMESTRE une fois par mois le dimanche. Depuis 2014, notre association est affiliée à la **F**édération **F**rançaise des **R**andonneurs. Cette initiative a été prise d’un commun accord par notre Président.

* **Gym’détente**

C’est avec FLORIE, animatrice sportive, que nous nous retrouvons le vendredi de 17h30 à 18h30. Le quart d’heure d’échauffement nous prépare à évoluer en douceur avec « le ballon gym » notre fidèle compagnon pendant une heure. Assises sur le ballon, nous coordonnons nos mouvements sous le regard encourageant de FLORIE.

Les inscriptions sont prises en début de saison par Marie-Jo CARMILLE.

* **Country**

Après le bien être de la gym’détente, certaines personnes continuent par un pas de danse et en musique sous les conseils de Lucienne FAIVRE dynamique responsable de cette discipline.

**Aqua-gym**

Depuis quelques années la **F**édération **F**rançaise des **R**etraités du **D**oubs permet aux associations d’organiser des cours d’aqua-gym le lundi et le mardi. Le lundi après-midi un petit groupe participe régulièrement à cette activité.

Simone CARMILLE collecte les chèques d’inscription en début de saison.

**ACTIVITES CULTURELLES**

* **Peinture\*\*\*Dessin**

Pour cette aquarelliste confirmée, Janine SCHUMTZ entoure deux groupes passionnés le mardi une fois par mois. Débutants ou initiés notre point fort, c’est le travail de l’eau. C’est magique !!!

Egalement, est venu s’ajouter un cours de dessin le mardi matin une fois par mois.

* **Atelier photos**

« Il pourrait établir un lien avec le cours de peinture ». Tous les 15 jours le mercredi matin, c’est dans la convivialité et la bonne humeur que Michel BOUVOT contribue à la réussite de cette activité. Le principe de cet atelier est basé, avant tout, sur la connaissance de son appareil : compact… bridge ou réflex. Comme le cadrage, la prise de vue se fait en groupes ou sous groupes à l’intérieur ou à l’extérieur pour les débutants et les confirmés. Puis vient l’analyse de l’image sous le regard bienveillant de Michel dont la critique apporte une touche personnelle et de précieux conseils.

* **Neuro-tonic**

« Entraînons notre mémoire ». Brigitte OUDET anime avec d’autres volontaires, cet atelier ludique le vendredi matin tous les 15 jours.

**ACTIVITES CONVIVIALES**

* **Les jeudis de club**

Le jeudi après-midi ne saurait se passer des joueurs de cartes, de scrabble ou autres jeux de société. Marcel COULON organise ces jeudis de club. Il apprécie, comme d’autres d’ailleurs, la pétanque. Bien sûr nous ne sommes pas à MARSEILLE… où de temps en temps un pied glisse vers le cochonnet… histoire d’être dans les premiers !!! Pas du tout, la triche à LARNOD… on ne connaît pas !!!

* **La convivialité c’est aussi** : les découvertes culturelles de la région… la galette des rois… le loto…

l’exposition de peinture… le repas amical des adhérents… l’arbre de Noël suivi du goûter des enfants… le feu de camp organisé par les randonneurs sans oublier le pique-nique fin juin. Ce pique-nique est l’occasion de se souhaiter de joyeuses vacances en se donnant rendez-vous l’année prochaine.