

VORNAY ■ Une nouvelle association pour garder la forme

Entre pole dance et fitness

Créée le 4 novembre, l'association Fit and aerial show (forme et show aérien) associe gym et pratique artistique avec de la pole dance.

Quatre jeunes femmes ont créé, début novembre, l'association Fit and aerial show. Derrière ce terme anglais, l'invitation à bouger son corps, à pratiquer du sport, et plus particulièrement partager la passion commune de ces amies, la pole dance, une danse gymnastique se pratiquant avec une barre verticale fixe.

L'initiatrice de l'association, Carole Nancy, est aussi la présidente. Elle pratique la pole dance depuis huit ans. Discipline qu'elle a découverte par hasard : « Je cherchais une chorégraphie de danse sur YouTube et je suis tombée sur une vidéo de pole dance. Je me suis dit, c'est ce que je veux faire. Comme, il n'y avait pas de cours que je pouvais suivre, j'ai acheté une barre et j'ai appris toute seule, en regardant des vidéos. »

Anne-France Lagoguét Sabrina Perriat pratique depuis quatre ans et demi, Sabrina



SPORTIVES. Aurélie Billebault et Carole Nancy (*debout*) ; Anne-France Lagoguét Sabrina Perriat (*assises*). PH FIT AND AERIAL SHOW

Perriat depuis quatre ans et Aurélie Billebault depuis deux ans et demi.

Stage pour les filles à la Saint-Valentin

Leur association vise à promouvoir et faire découvrir la pratique de cette discipline sportive et artistique (pratiquée aussi

par les garçons) et également le fitness et autres disciplines associées.

Pas de cours fixe pour l'instant. Les filles proposeront une première rencontre autour du fitness (renforcement musculaire tout public) à la salle des fêtes de la commune le

jeudi 16 janvier, de 18 h 30 à 19 h 30.

D'autres stages seront mis en place, environ une fois par mois. Deux dates sont déjà définies : dimanche 26 janvier, stage « fit et zen » (cardio et quelques bases de yoga) et « flexy zen » (détente sur musique douce). Et pour marquer la Saint-Valentin, dimanche 9 février (réservé aux femmes), cours de pole dance pour apprendre « une chorégraphie sensuelle » et de chair dance (danse autour d'une chaise). « Tout le monde peut venir. Lorsque j'ai débuté, je n'avais pas de passé sportif », insiste Carole Nancy.

Animer des événements

Ces jeunes femmes proposent, également, d'animer des événements de particuliers ou de professionnels (mariage, enterrement de vie de jeune fille, anniversaire, soirée à thème avec, par exemple, des shows de pole dance. C'est à la demande, étudié au cas par cas. ■

Pratique. Renseignements auprès de Carole Nancy, tél., 06.50.94.33.25.