

Un visa Pour la santé



**ADHESION**

à

**L'Association de la  
RETRAITE SPORTIVE  
D'YTRAC**

Mairie  
4 Avenue de la République  
**15130 YTRAC**



**Agréée Jeunesse et Sport**



**SAISON 2022-2023**



**Fédération Française Retraite Sportive**



## Les Objectifs :

Eviter l'isolement en favorisant les rencontres avec des pratiquants aussi bien du même âge qu'avec d'autres dans le cadre de l'inter-génération.



Favoriser le maintien en forme des personnes dites âgées en évitant ou retardant la dépendance, en favorisant pour chacun une retraite active.

Répondre en permanence aux attentes des retraités, en matière de pratique d'activités physiques et sportives notamment en diversifiant les disciplines et leurs niveaux de pratique.

Favoriser le passage souvent traumatisant de la vie professionnelle « active » à la retraite « utile » pour soi-même et pour son environnement.

**La santé, on peut la conserver par la pratique régulière d'activités physiques bien choisies. Mieux dans son corps, le retraité sera aussi mieux dans sa tête.**

**Pour tous renseignements complémentaires :  
vous pouvez joindre la présidente :**

**Michèle MAZARS**

**06 88 36 83 67**

**[mazars.micheleraymond@wanadoo.fr](mailto:mazars.micheleraymond@wanadoo.fr)**

Pour atteindre ces objectifs :

### **La fédération (FFRS):**

Elle donne les orientations générales.

### **Le Comité régional : (CORERS)**

Il est le relais de la FFRS pour la nouvelle région AURA. Il est l'interlocuteur direct du CODERS. Il gère la formation des animateurs.

### **Le Comité Départemental :**

**Le CODERS** est le lien entre l'association, le CORERS et la fédération, ainsi qu'entre les 12 clubs du Cantal.

Il participe à la formation des animateurs, organise une journée départementale, ...

### **L'association :**

Elle organise les activités sportives, des sorties, des rencontres interclubs, des séjours... Elle participe à des manifestations d'intérêt local ou national, dans un souci constant de bien-être et de convivialité.