

Jeux vidéo

Gastronomie

Cinéma

Musique

Livres

Bouxwiller

Choisir son sport pour la rentrée : l'embarras du choix

À quelques jours de la rentrée scolaire, c'est le moment de se décider pour une activité sportive, de loisir ou de compétition. Pour faciliter ce choix, la communauté de communes de Hanau-La Petite Pierre a invité, dimanche, une dizaine d'associations au centre Hanautic de Bouxwiller.

Par S.G. - Hier à 18:41 | mis à jour hier à 18:41 - Temps de lecture : 3 min



Triathlon de Hochfelden : on enchaîne la natation, le vélo et la course à pied. Photos DNA /S.G.

La manifestation « Faites du sport » s'est tenue pour la première fois sur le site de la piscine de Bouxwiller, sur la pelouse, organisée par l'intercommunalité Hanau-La Petite Pierre. S'il est clair pour tout le monde que le sport est bon pour la santé, encore faut-il convaincre jeunes et adultes de franchir le pas et de

s'inscrire dans l'une ou l'autre activité. Les dix clubs présents dimanche, invités par le directeur de la piscine Cyril Kiffel, ont rivalisé d'arguments et de démonstrations pour présenter leur discipline.



Le Studio à Bouxwiller propose différentes sortes de danses.

La danse classique a toujours du succès

C'est ainsi que le public pouvait s'essayer au cross training, praticable de 7 à 48 ans, qui comprend le cardio, la gym et des mouvements d'haltérophilie. Et ce sous la houlette du club de Lohr.

Le Studio à Bouxwiller est spécialisé en danses et pratiques corporelles. « La danse classique, à partir de 4 ans, a toujours autant de succès », confie la présidente Laure Simon. Deuxième activité la plus prisée : les cours de pilates. Sans oublier la danse de salon, le modern jazz, la gym et le yoga.

On bouge aussi à Singrist avec l'association sports et loisirs : du hip-hop aux cours de danse pom-pom girls, dans les communes de Wimmenau, Singrist et Bouxwiller, en passant par les « multi danses » (modern jazz et zumba), le mercredi à Monswiller pour les enfants de 3 à 11 ans. « Nous allons enfin pouvoir à nouveau organiser des jeux de société, en présentiel, à Bouxwiller », se réjouit le président de **l'ASL Singrist**, Olivier Thomas.



Une bonne ambiance et un code moral au karaté-club de Bouxwiller.

Le code moral du karaté

Les arts martiaux ne sont pas en reste avec le **karaté-club de Bouxwiller**. Cette recherche d'équilibre entre le corps et l'esprit s'adresse à tous les âges, de 6 à 70 ans. « Cette discipline est particulièrement adaptée aux jeunes hyperactifs qui apprennent grâce au karaté à se maîtriser », explique le président, Pierre Serfass. « C'est un sport complet, on n'a jamais fini d'apprendre », témoigne Claude, 57 ans, ceinture noire et karatéka depuis l'âge de 30 ans. Ninon, 19 ans, est elle aussi ceinture noire : « J'apprécie l'ambiance et le code moral du karaté », confie celle qui a débuté à l'âge de 11 ans après avoir découvert cet art martial pratiqué par sa sœur.



02 / 06

Les bébés-nageurs à la piscine de Bouxwiller. Document remis

Et pour ceux qui veulent pratiquer plusieurs sports en un, le triathlon s'impose avec l'enchaînement de trois disciplines : la natation, le vélo et la course à pied. « La difficulté est de trouver l'équilibre dans les trois sports, de gérer l'effort et la transition pour passer rapidement de l'un à l'autre », analyse Pascal Cantons, référent de la section « triathlon Hochfelden ». Celle-ci dépend du club

« natation Hochfelden », dans lequel se côtoient plusieurs activités de natation (bébé nageurs, natation adulte et jeune, natation santé, etc.) Pour le triathlon, les piscines de Bouxwiller et Hochfelden sont utilisées.

Le choix est donc vaste sur le territoire, sans oublier les activités aquatiques proposées par le centre Hanautic : gym douce, aqua fitness, aqua jogging, circuit training, etc.