



## INFORMATION IMPORTANTE

Je tiens à vous informer personnellement dès maintenant, afin d'éviter les bruits de couloirs, déformations voire désinformations : j'ai décidé **de prendre ma retraite avec la piscine de Fontenay-Trésigny et le SIEGCL en juillet 2021.**

Il nous restera quelques mois, en espérant que le Covid nous le permette, pour terminer ensemble mon passage à la piscine de Fontenay-Trésigny.

Voilà, après 15 ans aux Pompiers de Paris, près de 30 ans à la piscine de Fontenay-Trésigny et à l'approche de mes 62 ans, le moment est opportun pour vivre une nouvelle aventure dès septembre 2021, en privilégiant la qualité de vie, tout en partageant mes connaissances et mes compétences, et être au plus près de ma famille.

Cette nouvelle aventure professionnelle me permettra de vous proposer des activités aquatiques et terrestres, adaptées, innovantes (plusieurs projets en cours de préparations), pour tous les niveaux, en petits groupes, pour les particuliers, les familles, les associations, les entreprises, les collectivités, les centres, les instituts, etc..., je vous tiendrai, bien entendu, informés des avancées pour ceux qui voudront me retrouver après le 1<sup>er</sup> septembre.

### Les activités que les structures proposeront :

- Aquagym douce et sportive
- Réadaptation Fonctionnelle Aquatique et Aquaphobie
- Aqua bike et Aqua jump
- Apprentissage natation enfants et adultes
- Marche rando douce et sportive
- Marche Nordique adaptée
- Entretien Physique Général
- Tir à l'arc enfants et adultes
- Animations surprises
- Animations pluridisciplinaires
- Entretien physique adapté Sport-Santé
- Sorties VTT et VAE
- Pack VIP
- Bungyjump

Le tout sur RDV en petits groupes et sur réservations .

Et toujours dans la bonne humeur.

Prenez bien soin de vous et de vos proches !

A très bientôt !

Jean-Michel