



Newsletter n°5, novembre 2022

Bonjour à tous,

Le mois de novembre est pour moi synonyme de fin et de début de saison, ma coupure se finit et la reprise tranquille des entraînements commence. Mon volume d'entraînement me permet encore de répondre à quelques sollicitations.

Tout d'abord j'ai eu le plaisir d'être invité par mon partenaire principal, la Caisse d'Épargne Loire Drôme Ardèche à la finale du double féminin du tournoi international de tennis de Saint Etienne dont il est aussi partenaire. Après avoir assisté à un très bon match, Nathalie LAMPA et moi-même avons eu l'honneur de remettre le trophée aux gagnantes.





Ensuite, le lundi 21 je me suis rendu à Lyon dans les nouveaux locaux d'AXA Sud-Est qui me soutien cette année. J'ai pu me présenter, expliquer mon parcours et ma discipline à la majorité des managers d'agence de la région. J'ai également échangé avec eux autour d'un buffet après avoir assisté à un sympathique spectacle présenté par la troupe d'Insolite Fabriq.

Après le tennis c'est au Basket que CELDA me convie pour voir à Roanne le match de qualification pour l'euro des basketteuses Françaises. J'ai pu assister à la victoire nette de la France face à l'Ukraine dans une halle Vacheresse bouillonnante comme d'habitude !



En ce fin de mois de novembre, j'endosse à nouveau, avec grand plaisir et grande fierté mon rôle de parrain du téléthon de Loire Nord pour aller soutenir les malades, leurs familles et tous les bénévoles sur les nombreuses manifestations organisées afin de récolter les fonds nécessaires à la recherche.



Ne vous inquiétez pas, je n'oublie pas de m'entraîner ! Mes séances se passent principalement en salle en préparation physique au CrossFit Roanne et sur mon home trainer chez moi. Je ressors un peu sur la route pour le travail foncier avec des températures qui commencent à se rapprocher du 0 mais ce n'est pas très dérangerant si on est bien équipé.



A bientôt