

L'ASCO et vous

La fin d'année calendaire arrive et de ce fait la période pour les bilans 2023, prévisions budgétaire 2024 et plus particulièrement l'AG section. Merci à tous les bureaux section de **programmer leur AG section avant mi mars 2024** afin que l'AG ASCO puisse se dérouler le **25 avril 2024**.



Du côté des sections...

ASCO COURSE A PIED

Après 2 années au niveau IDF, cette année je vous propose de faire ce challenge au niveau national ONERA. MOBILISATION GENERALE !!!



PALaiseau CHATILLON MODANE TOULOUSE
LILLE MEUDON LE FAUGA SALON



Vous avez un smartphone avec podomètre ou une montre connectée

Rejoignez la Team Onera



ONERACERS



Course de la Jonquille 2024

Lutte contre le cancer



Challenge connecté du 12 Mars au 24 Mars 2024



1km parcouru = 1 Euro versé à l'Institut Curie

En 2022 : 1167 km
Equipe de 14

En 2023 : 2678 km
Equipe de 28

En 2024 : 4500 km ?
(si on est 50, c'est jouable !)

Renseignements / Inscriptions (dès Décembre 2023)

La capitaine de la Team: Christelle (Christelle.Wervaecke@onera.fr)



ASCO ENTRETIEN CORPOREL

La section ENTRETIEN CORPOREL (cours de Pilates) a débuté depuis le mercredi 8 novembre 2023.

Les cours se déroulent au gymnase du centre de Chatillon, tous les mercredis, de 17h à 18h.

Il reste de la place, venez faire un essai 😊

Intéressé/e ? Contactez le secrétariat ASCO ou Elisabeth ABDESSELAM - elisabeth.abdesselam@free.fr

ASCO GROUPE ALPIN

Le programme 2024 est sorti .

Lieu	Type	Date	Places	Date limite inscription	Coût approximatif **
Aravis	Découverte Ski de randonnée	20-21 janvier	8	15 décembre 23	A, F, R : 150€ E : 250 €
Suisse (Bernois)	Ski de randonnée	25-26-27 mars	7	10 décembre 23	A, F, R : 250€ E : 400€

Renseignement et inscription :

Laurent ROUSSET-ROUVIERE - lrousset@onera.fr - 86210

Marie COULIOU - marie.couliou@onera.fr - 35119

ASCO CROISIERE MER

En collaboration avec l'ATSCAF, l'ASCO Croisière mer organise une nouvelle session de cours de préparation au Permis Plaisance option Côtière (dit "permis côtier").

Bien qu'il n'y ait pas d'obligation en France de permis pour naviguer sur un voilier, le programme pédagogique de l'examen du permis côtier constitue une première base indispensable à connaître pour quiconque souhaitant naviguer sur un bateau de plaisance, à voile ou à moteur.

Ce permis est requis pour piloter des jet-ski et autres bateaux à moteur jusqu'à 6 milles d'un abri.

Les cours se dérouleront de mi janvier à mi mars 2024. Fin des inscriptions le 5 janvier 2024.

Ne tardez pas pour vous inscrire, les places sont limitées à 10 personnes

Intéressé/e ou besoin de plus d'informations ? Contactez Biel ORTUN- Tel: 34208 - biel.ortun@onera.fr



POUR LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE

2 mois offerts

sur votre abonnement Vitalité 1 an
(soit 2 mois les cours en illimité)

Dès maintenant et jusqu'au 31 Décembre 2023

12 mois = 14 mois !

CONDITIONS EXCEPTIONNELLES
auprès de votre CSE, AS ou revendeur

Gagnez 2 mois d'abonnement supplémentaires en échangeant votre contremarque à l'accueil de l'un de nos clubs avant le **31 Décembre 2023**.

Billetterie

ESCALADE

L'ASCO propose à la vente des tickets d'entrée dans les établissements ARKOSE au prix de 9 € (au lieu de 16€) et CLIMB UP au prix de 11,40 € (au lieu de 17€).



PISCINE LA VAGUE - PALAISEAU

L'ASCO va vous proposer à la vente des tickets d'entrée pour la piscine « La Vague » avec une réduction de 25%, soit 43,72 € (carte de 12 entrées aquatiques) et 103,57 € (carte de 12 entrées bien être + aquatique). Vous pourrez également, sur demande 1 semaine avant, obtenir un pass annuel au prix de 648,50 €.



TRAINING MUSCULATION

Des abonnements annuels pour les salles LES CERCLES DE LA FORME sont disponibles au secrétariat. (Prix 390€, règlement en 3x possible).

Prix inchangé cette année 😊



Site web: <https://asco-onera.com/>

Mail : asco@onera.fr

Tel: 01 46 73 40 75

Permanences: cf. site web