



# LE GRAND BLEU

---

Infolettre - Décembre 2017

---



## Célébration des fêtes : un succès!

Le 8 décembre dernier avait lieu notre événement "Célébration des fêtes". Quelle soirée joyeuse! La salle était comble avec nageurs et familles pour célébrer ensemble. Ce fut une soirée mémorable avec des spectacles et des sketches des nageurs, de la musique, des cadeaux et un buffet fabuleux et impressionnant! Merci à Élise Ayoub, l'organisatrice de l'événement, et à tous les parents qui ont préparé et apporté de la nourriture.

Pour voir d'autres photos de la soirée, veuillez visiter [notre page Flickr](#).

Chaque année, un camp d'entraînement est offert pour certains groupes du Blue Machine. C'est une excellente occasion de continuer l'entraînement et de rester actif durant le temps des fêtes!

### Nageurs des groupes Novice, Junior A et B et Senior:

Le camp d'entraînement sera un **mini-camp technique de 3 jours**, durant lequel les nageurs feront un retour sur les bases du "Bien Nager".

Centre des loisirs de Saint-Lambert, 600 rue Oak

3, 4 et 5 janvier 2018

Les pratiques seront de 7h15 à 8h30.

---

## Magasin et merchandise Blue Machine

Les articles commandés par les parents lors du vente VIP en octobre sont arrivées (à l'exception des casques). Vous pouvez les récupérer dès maintenant au boutique AquaSport au 3300 boul. Taschereau, Greenfield Park avec votre billet de commande et régler la balance de l'impression.

**Mise à jour pour la commande de casques personnalisés:** La commande pour la réimpression des casques est en cours de production. À la réception des nouveaux casques, nous communiquerons avec vous par courriel individuellement. Pour les parents qui ont pris possession des casques mal imprimés, veuillez nous contacter par courriel au [magasin@bluemachine.ca](mailto:magasin@bluemachine.ca) afin de nous les remettre.

**Nous avons fait une commande de t-shirts Swim Mom et Swim Dad.** Ils sont 20\$ l'unité. Payable par chèque ou comptant. Veuillez nous contacter par courriel au [magasin@bluemachine.ca](mailto:magasin@bluemachine.ca).

**T-shirts Blue Machine:** Pour les nageurs qui n'ont pas encore ramassé leurs t-shirts, vous pouvez encore le faire. Veuillez nous contacter.

---



La Blue Machine remercie chaleureusement madame Nicole Ménard, députée de Laporte et whip en chef du gouvernement du Québec pour sa contribution de 12 500\$. Merci de votre appui!



## Un message de l'un de nos commanditaires : Sports Thérapies

Bonjour la Blue!

Nous aimerions vous faire part de nos services:

- Massage sportif: Augmente la performance et accélère la récupération.
- Plusieurs approches thérapeutiques pour prévenir et traiter les blessures telles que les tendinites, les bursites, les syndromes d'accrochage, les claquages, les crampes musculaires, les entorses, etc. En général, 3 séances suffisent.
- Techniques anti-inflammatoires et antalgiques: Fasciathérapie, cupping, taping, drainage
- Techniques pour améliorer la souplesse musculaire et articulaire: FST (*fascial stretch therapy*), mobilisation, étirement, myofascial release, cupping, massage
- Évaluation posturale et de mobilité spécifique, avec exercices de réhabilitation
- Autres problématiques: migraines, constipation, anxiété, etc.

Nous traitons toute la famille, mais nous nous spécialisons auprès des sportifs.

Eliane traite les personnes de tous âges:

[eliane@sportstherapies.ca](mailto:eliane@sportstherapies.ca)

514.570.1095

Caroline traite les personnes de 12 ans et plus:



La Blue Machine vous offre des certificats cadeaux Sports Thérapies à 50\$ par séance de massage plutôt que 90\$. Il reste 14 certificats. Premier arrivé, premier servi. Si vous voulez profiter de cette offre, veuillez contacter [administration@bluemachine.ca](mailto:administration@bluemachine.ca).

## Opportunité pour parents propriétaires

Vous êtes propriétaire d'une entreprise? Vous pourriez devenir un commanditaire du Blue Machine!

- Visibilité locale et nationale
- Plusieurs niveaux (options) de commandite offerts

Pour en savoir plus, veuillez contacter Isabelle Massé, [imasse01@videotron.ca](mailto:imasse01@videotron.ca)

## À Votre Agenda !

Dates importantes à retenir pour les mois de décembre et janvier:

**Décembre 2017**

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

**Janvier 2018**

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

### Vendredi 15 – dimanche 17 décembre:

Invitation provinciale "C'est un départ" pour les nageurs de 13 ans et plus. Cette compétition se tiendra à Saint-Eustache.

### Samedi 16 décembre:

Deuxième compétition régionale à Saint-Hubert.

### Lundi 18 – samedi 23 décembre:

Remise des premières évaluations aux nageurs.

### Mercredi 20 décembre:

Deuxième rencontre Intraclub, au 600 rue Oak.

**Samedi 13 et 14 janvier:**

Invitation "Nouvel An" 13 ans et plus. Cette compétition se tiendra à Longueuil.

Les détails des compétitions seront affichés sur notre site web à [bluemachine.ca](http://bluemachine.ca).



# AUDREY DUBOIS

ORTHODONTISTE

**450 486-6600** [dreaudreydubois.com](http://dreaudreydubois.com)

2, boulevard Desaulniers, bureau 660, Saint-Lambert



Suivez la Blue Machine sur [Facebook](#) pour les toutes dernières nouvelles et ne rien manquer des différentes activités.

**Subscribe**

**Past Issues**

**RSS**



---

This email was sent to <<Email Address>>  
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)  
Blue Machine · 600, Oak · Saint-Lambert, Qc J4P 2R6 · Canada

