

Compte Rendu de l'Assemblée générale du **Pornic Nordic Walking** du 15 janvier 2016

Le 15 janvier 2016, à 18h30, au Casino de Pornic, Salon Concorde, 50 quai Leray PORNIC, les adhérents de l'association PORNIC NORDIC WALKING, sur convocation du comité de Direction, se sont réunis en Assemblée Générale.

Intervention de M. Gilles AVERTY, Président de Pornic Nordic Walking :

Le Président a tout d'abord précisé avec émotion et tristesse que toutes ses pensées allaient vers Jocelyne VALET, adhérente de PNW, dont l'époux vient de décéder. M. VALET avait 62 ans.

« Bonsoir à toutes et à tous,

Je vous souhaite la bienvenue à cette Assemblée Générale, et suis ravi de vous retrouver pour cette 8^{ème} Assemblée.

Nombre d'inscrits pour 2016 : 70

Présents : 47 adhérents

Excusés : 13 adhérents ont donné leur pouvoir

Cf. feuille de présence en annexe 1

Le quorum étant atteint, je déclare l'Assemblée Générale ouverte.

Je tiens à vous présenter personnellement et au nom du Conseil d'Administration tous mes vœux pour cette nouvelle année et vous souhaite ainsi qu'à ceux qui vous sont chers, une année pleine de joie et de réussite, tant sur le plan personnel, familial que professionnel. Un très grand merci pour votre présence. Je tiens à chaque fois à redire que l'Assemblée Générale est pour nous l'occasion de vous rencontrer, de vous présenter la vie de votre club, d'en faire un moment de débat, de réflexion et de convivialité.

L'ordre du jour sera le suivant :

- Rapport moral de Gilles, président,
- Rapport d'activité de Jean-Claude, responsable formation et itinéraires,
- Rapport financier de Roger, trésorier,
- Projets futurs par Josette, vice-présidente et responsable des voyages,
- Fonctionnement du blog et du secrétariat par Brigitte,
- Renouvellement de deux postes d'administrateurs,
- Questions diverses,
- Remise de trois trophées.

1 - Rapport moral de G. Averty, président

Rappels sur notre activité :

1°) La marche nordique tonifie les muscles du corps et renforce les chaînes musculaires et articulaires. Contrairement à la marche et à la course traditionnelles (qui exploitent surtout les membres inférieurs), l'utilisation des bâtons favorise le développement musculaire des parties supérieures du corps, c'est une pratique très complète qui sollicite 80% des chaînes musculaires.

2°) Les règles de sécurité : extrait du règlement intérieur

Chaque participant s'engage à :

- respecter les consignes données par le responsable de groupe,
- être convenablement équipé (chaussures adaptées, vêtements pour faire face aux conditions météo, aliments énergétiques, eau...),
- tenir compte de ses propres possibilités en fonction des programmes proposés,
- respecter le code de la route sur les routes ouvertes à tous véhicules (détail dans le règlement intérieur),
- être attentif à la sécurité des autres marcheurs en toute situation,
- respecter le groupe en marchant toujours ensemble,
- attendre les derniers,
- **Ne pas quitter le groupe sans avoir prévenu le responsable.**

Bilan 2015

Sorties et vie du club

Nous avons eu cette année quelques problèmes d'organisation et de discipline.

Il est très important de respecter la notion de groupe, qui doit être au centre de toutes nos sorties.

Il a été convenu lors de notre dernière réunion de Commission Sportive (je salue d'ailleurs la forte participation d'adhérents à cette Commission) de former systématiquement les mardis deux groupes de niveaux homogènes :

- Groupe 1 d'environ 14-18 kms à une vitesse moyenne de 6 kms/h,*
- Groupe 2 d'environ 12-14 kms à une vitesse moyenne de 5 kms/h.*

Ces groupes seront encadrés par deux responsables, positionnés l'un devant, l'autre derrière.

Il sera important de respecter les instructions données avant le départ de chaque randonnée.

Pour les sorties du samedi, 1 seul groupe sera constitué car plus homogène.

Je rappelle que la notion de groupe implique que l'on s'attende (donc veiller à ce qui se passe à l'arrière) pour se regrouper puis repartir ensemble.

Dernier point : *certains adhérents n'écoutent pas et ne suivent pas les directives lors des échauffements et des étirements, cela montre un manque total de respect vis à vis de l'instructeur.*

Il convient de bien nommer devant tous les marcheurs les personnes responsables de groupe, ce moment peut également être l'occasion de donner des informations sur la vie du Club.

La vie du club

Je réitère mon souhait émis lors de l'Assemblée précédente : il faut impérativement de nouveaux candidats pour rejoindre le Conseil d'Administration afin de remplacer et assurer la relève de membres qui ne souhaitent pas continuer la gestion de votre club pour des raisons personnelles et diverses, de nouveaux membres apportent de nouvelles idées pour assurer la pérennité du Club.

Je souligne un effort important sur la participation à nos commissions sportives : merci à Simone, Daniel, Dédé, Denis, François, Jean-Louis, Jean-Paul et Robert, nous pouvons être encore plus nombreux, bienvenue aux autres bonnes volontés.

A ce sujet, Gilles a précisé son intention dans deux ans de ne pas postuler pour le renouvellement de son mandat de président.

Le montant de la cotisation 2017 reste inchangé, l'indemnité kilométrique reste à 0,20cts du km, ainsi que les 1€ pour courts trajets.

Avant de laisser la parole aux autres intervenants et pour conclure, je souhaite remercier chaleureusement tous les membres du bureau pour leur collaboration sans faille et toujours dans un excellent climat.

Merci aussi à tous les participants des commissions pour leur disponibilité à l'encadrement des sorties et leur proposition de nouvelles randonnées et merci à vous tous et toutes de votre participation et de la bonne ambiance qui régnait dans notre club.

Je vous souhaite d'excellentes randonnées et voyages pour 2016, merci pour votre attention. »

2 - Compte rendu d'activité présenté par J.C Doitteau.

« Bonsoir,

Tous mes vœux pour cette nouvelle année,

L'hiver 2014/2015 a été très clément, les chemins étant en bon état, la programmation de notre calendrier de randonnées s'est déroulée normalement.

La moyenne du nombre de participants aux randonnées demi-journée du mardi et du samedi est en très légère baisse.

Info : nouvelle tendance Depuis octobre, nous constatons une hausse de fréquentation le samedi en demi-journée. De 5 à 13 randonneurs habituellement, nous passons de 14 à 21 très régulièrement.

La présence aux randonnées à la journée le mardi est identique ; pour le samedi nous constatons une hausse de participation.

Sur l'ensemble des sorties la présence du nombre de randonneurs est pratiquement identique à l'année dernière.

Merci à tous les accompagnateurs qui régulièrement nous ont permis d'encadrer et de guider les marcheurs tout au long de l'année sur les chemins, quelle que soit la météo.

L'assemblée de ce soir est l'occasion de les remercier, car sans leur présence et leur dévouement nous ne pourrions effectuer nos sorties dans de bonnes conditions.

MERCI A SIMONE, DANIEL, JEAN-LOUIS, ROBERT, DEDE

Récemment, Denis et Jean-Paul sont venus renforcer l'équipe des accompagnateurs, merci pour leur dévouement.

Merci à Jean pour son aide précieuse et régulière lors de l'installation du stand au forum des associations, la soirée d'accueil des nouveaux adhérents, la préparation de l'assemblée générale et la prise de photos.

2.1 Bilan des randonnées réalisées en 2015.

A - Nombre de sorties en demi-journée : 99 soit 1328 kms

Présence aux sorties en demi-journée :

Mardi : 23 marcheurs (en 2014 : 24 marcheurs)

Samedi : 11 marcheurs (en 2014 : 13 marcheurs)

Sur 99 randonnées, 46 sorties en bord de mer.

B - Nombre de sorties à la journée : 10 soit 231 kms

Présence aux sorties à la journée :

Mardi : 14 marcheurs (en 2014 : 14 marcheurs)

Samedi : 19 marcheurs (en 2014 : 14 marcheurs)

- ✚ 28 mars : Pornic/St Père/Pornic, 30kms, 26 marcheurs*
- ✚ 28 avril : La Roche Bernard/Arzal, 25 kms, 14 marcheurs*
- ✚ 12 mai : La Barre/Notre Dame de Monts, 25 kms, 12 marcheurs*
- ✚ 31 mai : Le Cellier/Oudon, 22 kms, 19 marcheurs*
- ✚ 18 juillet : Les trois étangs, 26 kms, 10 marcheurs*
- ✚ 11 août : Couéron/La Martinière 30 kms, 12 marcheurs*
- ✚ 8 septembre : Malestroit, 25 kms, 9 marcheurs*
- ✚ 12 septembre : La Baule (nocturne), 22 marcheurs*
- ✚ 20 octobre : Guenrouet, 24 kms, 18 marcheurs*
- ✚ 7 novembre : Le Pouliguen/Le Croisic, 24 kms, 19 marcheurs*
- ✚ 24 novembre : La Roche Bernard/Arzal , annulée, 5 inscrits, météo défavorable*

Nombre total de randonnées 109 (y compris les sorties à la journée)

Total des kilomètres parcourus : 1559 kms
(les kilomètres séjours ne sont pas pris en compte)

2.2 Catalogue des randonnées (au 15 janvier 2016)

➤ *Sorties $\frac{1}{2}$ journée : 22 circuits (16 en campagne, 6 en bord de mer)*

➤ *Sorties à la journée : 16 circuits (11 en campagne, 5 en bord de mer)*

Une remise à jour de notre catalogue est en cours, car nous constatons que depuis plusieurs mois certaines randonnées ne sont plus à notre programme.

2.3 Séjours 2015

2.3.1 Laguiole (Aveyron)

*Du samedi 6 juin au samedi 13 juin : 14 participants
98 kms parcourus : 2600 mètres de dénivelé positif*

2.3.2 Plestin les Grèves (Côtes d'Armor)

*Du samedi 27 juin au dimanche 28 juin : 14 participants
28 kilomètres parcourus*

2.3.3 Ile de Groix (Morbihan)

*Du samedi 3 octobre au dimanche 4 octobre : 19 participants
28 kms parcourus*

Total des kms parcourus : 154 kms

2.4 Bilan du forum des associations

Participation des membres du Bureau et adhérents, avec une bonne ambiance et un nombre de visites sur notre stand identique à l'an dernier, ce qui démontre l'intérêt pour la marche nordique.

Trois séances d'initiation étaient proposées sur une semaine de septembre au choix des participants.

- 34 personnes se sont inscrites pour suivre une initiation à la marche nordique (46 en 2014),*
- 20 personnes ont suivi une séance d'initiation (18 en 2014),*
- 15 personnes ont adhéré à Pornic Nordic Walking (12 en 2014).*

Deux séances supplémentaires ont été réalisées les samedis 14 novembre et 12 décembre, suite à sept demandes formulées après le forum, 4 personnes y ont participé.

Après ces séances d'initiation, les nouveaux adhérents ont été encadrés comme l'année précédente par les membres de l'équipe dirigeante pendant quelques sorties pour permettre une adaptation progressive au rythme et aux distances, avant d'intégrer à leur choix les groupes 1 ou 2.

2.5 Projets 2016

2.5.1 Cussac (Haute Vienne)

*Du samedi 4 juin au samedi 11 juin
12 personnes inscrites.*

2.5.2 Venise Verte

Week end à l'étude pour fin juin.

2.5.3 Baie du Mont St Michel et sa traversée

Week end (ou non) à l'étude pour fin septembre.

2.6 Projet 2017

1 semaine début juin dans le Jura ou en Corrèze

Si vous avez des idées, des propositions de randonnées, des topo-guides ou des cartes IGN de notre région (pour randonner dans d'autres endroits de Loire-Atlantique), n'hésitez pas à nous les soumettre pour que nous puissions les étudier. Après étude, vos documents vous seront restitués.

2.7 Rappel : *pour avoir du plaisir à marcher, pensez à vous équiper d'une paire de chaussures montantes pour la période hivernale car les chemins sont parfois en mauvais états (flaques d'eau) et boueux.*

Certains adhérents viennent aux randonnées avec le minimum nécessaire pour une randonnée (pas de vêtement de pluie ni barre de céréales et sans réserve d'eau). Il y a un risque de déshydratation ou de fringale. Pensez à bien vous équiper pour votre bien-être.

A toutes et à tous bonnes randonnées pour 2016 et excellente soirée. »

3 - Rapport financier par Roger Daquet, trésorier

Tableaux à l'appui, Roger a présenté le compte d'exploitation 2015 : recettes, dépenses. Bilan équilibré et trésorerie saine.

Le prévisionnel 2016 est de même en équilibre.

4 - Projets de voyages par Josette Besnard, vice-présidente

Tout d'abord, Josette a tenu à souhaiter aux participants une excellente année sportive pleine de randonnées, encore plus agréables à vivre que les précédentes.

4.1 Au mois de juin, du 4 au 11, nous avons une semaine de marche dans le Limousin à **Cussac** (Haute Vienne). Avec un guide, Jean-Claude a prévu de sympathiques randonnées avec peu de dénivelés.

4.2 fin juin, nous aimerions vous emmener pour un week end en **Venise Verte**, région agréable à découvrir. Pour l'instant, Josette est en recherche d'hôtels et de sentiers de randonnées.

4.3 Courant septembre, nous prévoyons la traversée de la **Baie du Mont St Michel** avec guide, ce ne sera pas forcément un week end car il faut tenir compte des marées. Le soir nous aurons une quarantaine de kms pour nous rendre à Mortain (Josette cherche un hôtel). Le lendemain, nous randonnerions dans cette belle région du Mortainais où il y a des paysages impressionnants et pittoresques. Il y a 400kms de sentiers balisés (GR 22). Josette attend des documents de l'Office de Tourisme de Mortain.

Josette a fait part de son intention en janvier 2017 de ne pas se porter candidate au renouvellement du poste de vice-présidente.

Josette a vivement remercié le Président pour son dévouement et son attention de tous les instants.

5 - Secrétariat et blog par Brigitte Ménager

5.1 Après avoir souhaité une année 2016 douce et chaleureuse pour tous, quelques informations ont été données sur l'activité du **secrétariat**.

- Nombre d'adhérents.

PNW a vu le jour début 2008 avec 10 membres fondateurs. Fin 2008, il y avait 57 adhérents.

Aujourd'hui, 8^{ème} Assemblée Générale : 70 adhérents.

Que s'est-il passé en 2015 ?

76 adhérents en début d'année 2015

Fin d'année 2015 : 91 adhérents

A ce jour, 70 adhérents. Il faut noter que tous les ans le nombre d'adhérents qui quittent PNW tourne autour de la vingtaine (raisons : départ de Pornic, manque de temps, problème de santé, marche trop dynamique...).

On peut estimer que plusieurs adhérents de 2015 qui n'ont pas aujourd'hui renouvelé leur adhésion, le feront un jour prochain.

- Nos adhérents : qui sont-ils ?

Sur l'année 2015, nous étions :

- 63 % de femmes
- 37% d'hommes

Quel âge ?

- Moyenne : 63 ans
- Hommes : la moyenne est de 65 ans
- Femmes : -- 62 ans

- **Les dossiers**

Merci d'avoir répondu aux relances pour compléter les dossiers : les photos d'identité qui manquent à ce jour se comptent à l'unité.

5.2 Le blog

C'est via le blog que tous les adhérents ont connaissance de l'activité de PNW.

Grand remerciement à Pierre et Hélène qui aident à sa mise à jour.

L'attention des nouveaux adhérents est particulièrement appelée sur tous les avantages de s'inscrire à la « news letter », ce qui permet de recevoir automatiquement et en temps réel tous les articles publiés. Pour ceux qui ne sont pas connectés à internet, ils reçoivent les infos sur papier.

D'une façon générale, ne pas oublier lorsqu'on change d'adresse de messagerie de se réinscrire à la « news letter » avec sa nouvelle adresse et de communiquer au secrétariat toute nouvelle adresse et tout nouveau numéro de téléphone.

Si par hasard, des adhérents indépendamment de toute action se trouvent malgré eux désinscrits à la news letter, il convient de se réabonner (à l'ouverture de la 1^{ère} page du blog, colonne de droite, module à cet effet).

Pour info, 82 articles ont été publiés sur le blog en 2015.

6 - Renouvellement de 2 postes d'administrateurs : trésorier et secrétaire.

Conformément aux statuts de l'association, ces 2 postes d'administrateurs sont à pourvoir.

6.1 - Roger DAGUET, trésorier, renouvelle sa candidature.

6.2 - Brigitte MENAGER, secrétaire, par manque de candidature sur son poste, se porte volontaire pour continuer d'assurer le secrétariat durant une année.

7 - Adoption des résolutions :

Les résolutions suivantes ont été adoptées à l'unanimité :

7.1 Approbation du rapport moral et du rapport d'Activité

1^{er} résolution : après présentation des rapports de Gilles Averty , président et de Jean-Claude Doitteau responsable formation, ces rapports ont été approuvés.

7.2 Approbation des comptes d'exploitation :

2^{ème} résolution : après présentation par Roger Daguet trésorier, les comptes d'exploitation ont été approuvés.

Document en annexe 2

7.3 Approbation du budget prévisionnel :

3^{ème} résolution : après présentation par Roger Daguet, trésorier, le budget prévisionnel a été approuvé.

Document en annexe 3

7.4 Renouvellement du mandat de Trésorier

5^{ème} résolution : Roger Daguet, trésorier, renouvelant sa candidature et en l'absence de toute autre candidature, est réélu.

7.5 Renouvellement du mandat de secrétaire-adjoint

6^{ème} résolution : Brigitte Ménager, secrétaire, renouvelant sa candidature pour une année et en l'absence de toute autre candidature, est réélue.

8 - Questions diverses

L'ordre du jour étant épuisé et aucune question n'étant posée, l'Assemblée Générale est levée à 19h45.

Le Président Gilles a alors remis des trophées aux 3 adhérents octogénaires, à savoir Robert Walter, André Badets et Jean Doignon, en remerciement de leur fidélité. Accompagné de toute l'assistance, il les a vivement félicités.

**Le Président
G. AVERTY**

**La Vice-Présidente
J. BESNARD**

**Le Trésorier
R. DAGUET**

**La Secrétaire
B. MENAGER**

**Le Resp. Formation
J. C. DOITTEAU**

**Administrateur
A. DOIGNON**