

Assemblée générale ordinaire de l'ACH du 18 octobre 2022 sur l'exercice 1er septembre 2021 - 31 août 2022

Ordre du jour :

1. Présentation du rapport moral et d'activités
2. Bilan financier de l'exercice 2021-2022 et budget prévisionnel 2022-2023
3. Perspectives 2022-2023
4. Élections de membres au Comité Directeur
Etpot de l'amitié

Présents:61

Pouvoirs:18

Nous sommes très heureux de nous retrouver pour cette Assemblée Générale. C'est un moment important dans la vie de l'association pour faire le bilan de l'année et prendre des décisions concernant l'avenir.

Merci d'être présents à cette Assemblée Générale, votre présence est la preuve de votre fidélité...

1. Rapport moral et d'activités par les membres de la Direction collégiale

A : Le fonctionnement du Club à l'année

Depuis notre dernière AG en 2021, la situation sanitaire a permis en cours d'année la reprise normale des activités, des créneaux de marche et des séances de remise en forme.

Pour la saison 2021-22 nous étions 277 inscrits dont 30 pour la condition physique.

En septembre 2021, le nombre de créneaux de marche proposés était de 21 créneaux par semaine en moyenne (dont 6/7 en modéré, 8/9 en dynamique, 3 en dynamique+). A cela se sont ajoutées 2 séances par mois en endurance ainsi que des sorties le samedi et le dimanche.

Le nombre de séances de condition physique était de 2 par semaine. Ces séances étaient assurées par Céline.

Plusieurs séances de marche et démarche ont été initiées par Jean Fred et Christian .

Conscients que de nombreux adhérents n'avaient pas pu marcher autant qu'ils le désiraient l'année précédente 2020-2021, la cotisation pour les adhérents inscrits en 2020-2021 avait été diminuée à hauteur de 115 € pour la saison 2021-2022 .(160 € pour les nouveaux)

Cette période a vu le départ de Sousou en décembre 2021, le départ de Sylvie Cadeau en juillet 2022 ainsi que le départ de Céline fin août. Nous les remercions encore pour leur investissement au cours des années passées et leur souhaitons plein de bonnes choses dans leur nouvelle vie.

De nouveaux coachs : Hélène, Joël, Gilles, Jean Frédéric sont venus étoffer les rangs et ont pu assurer les créneaux de dynamique + et les séances de « marche et démarche »

B : Manifestations extérieures

Le club a participé à la marche rose d'Odyssea le 7 novembre 2021.

En mai 2022, deux groupes de marcheurs de dynamique + ont participé au défi Raoul à Fougères avec 100 km pour certains et 42,19 pour les autres et le tout sans douleurs ni courbatures !

Des adhérents ont participé bénévolement comme signaleurs aux manifestations sportives :

- 15 bénévoles pour le semi-marathon (14/11/21),
- 22 bénévoles lors de la journée Atlantisport (27/03/22) ,
- 10 bénévoles pour le marathon (17 avril 2022).

Il faut préciser que la participation de l'ACH à ces manifestations a permis à l'ACH de recueillir parfois un montant de 15€ par bénévole, parfois une somme globale.

Nous vous invitons à venir vous joindre à cette équipe de bénévoles, d'autant que l'ambiance est très sympathique.

C : les stages

- 2 stages rando-yoga ont eu lieu en octobre 2021 et en mars 2022 sur l'île de Noirmoutier, accueillant une vingtaine de participants à chaque fois.
- 1 stage de raquettes a eu lieu dans les Bauges avec 21 participants du 22 au 29 janvier 2022.
- 1 stage dans la baie de Somme s'est déroulé du 15 au 20 mai 2022 avec 21 participants (avec Andrée comme responsable)

D : autres actions

La traditionnelle galette des rois n'a pas pu avoir lieu en janvier 2022.

En avril 2022, 28 adhérents ont acheté des vêtements portant le sigle ACH auprès du magasin Endurance Shop

Le 22 juin 2022, une séance d'inscription a eu lieu dans le parc de la Bégraisière et a été suivie d'un pique-nique, permettant aux adhérents de partager un moment de convivialité autour du pot de départ de Céline.

Questions : aucune

vote : oui à l'unanimité

2. Bilan financier de la saison 2021-2022 et budget prévisionnel 2022-2023

Présentation du rapport financier 2021-2022 et du budget prévisionnel 2022-2023 par la trésorière : Marie Madeleine Aunay (Mado)

questions : 2

Vote : oui à l'unanimité

3. Perspectives 2022-2023

A : Inscriptions

A ce jour, nous recensons 259 inscrits dont :

- 48 nouveaux adhérents,
- 4 réinscriptions après arrêt de 1 ou 2 ans.

31 adhérents participent aux deux séances de condition physique et 12 aux séances de Pilates. Ces séances sont encadrées par Emmanuelle qui apporte au Club la possibilité d'une nouvelle activité : le Pilates.

B : les coaches

L'ACH emploie 3 salariés : Emmanuelle, Roland, Camille.

- Camille Beaujeault remplace Céline sur les créneaux de marche niveau modéré. Elle nous quitte le 5/11/22 et un nouveau coach la remplacera, il s'agit de Baptiste Penvern (avec les 3 créneaux suivants : lundi soir 18h45/19h jusqu'à 20h30/20h45, jeudi de 10h à 11h45, jeudi de 14h à 15h45)

- Emmanuelle augmente son activité au sein du Club en assurant la gestion du blog et les séances de condition physique et Pilates. Elle continue bien sûr à encadrer des séances de marche nordique.
- Roland assure une séance supplémentaire de marche en niveau modéré, le vendredi après-midi.

Les séances de marche sont aussi encadrées par 12 coachs bénévoles : Fabienne, Andrée, Béatrice, Christelle, Hélène, Claudine, Christian, Yves, Yann, Joël, Gilles, Jean-Frédéric.

Merci à tous les coachs salariés et bénévoles qui permettent d'offrir un nombre de créneaux hors du commun dans les clubs de marche nordique !

La marche nordique est un sport dont la pratique peut être améliorée par tous. Pour cela il ne faut pas hésiter à solliciter les coachs pour obtenir des conseils, corriger quelques mauvaises habitudes de marche.

Les séances de « marche et démarché » proposées par Christian et Jean-Frédéric permettent de prolonger l'initiation pour les nouveaux adhérents. Elles permettent aussi à tous les adhérents de prendre conscience de la progression possible dans leur technique.

Nous vous invitons à y participer de temps en temps même si vous marchez depuis longtemps au sein du club.

Des séances d'endurance « sont également ouvertes à tous les marcheurs de niveau dynamique. Les parcours proposés sont basés sur l'endurance, à une vitesse raisonnable, et sont souvent organisés en boucles ce qui permet à certains de parcourir plus ou moins de kilomètres. »

C : Participation aux événements extérieurs

Des adhérents participeront à diverses manifestations :

- la marche rose ufolep le 9 octobre 2022
- l'orvaltaise le 11 novembre 2022
- la levée des bosselles le 22 avril 2023,
- le défi Raoul les 13 et 14 mai 2023

La liste n'est pas exhaustive ! Hélène Bouchet et Annie Davy proposent de s'informer puis de nous informer des marches nordiques organisées à l'extérieur.

Philippe Peneau et Andrée Margely organisent la participation des bénévoles comme signaleurs lors de manifestations sportives telles que foulées du tram, Atlantisport, semi-marathon, marathon . Les foulées du tram prévues le 9 octobre 2022 ont été annulées .

Voici les dates des prochaines manifestations prévues :

- Atlantisport 26 mars 2023 ,
- Marathon de Nantes 23 avril 2023

D : Stages

- Un stage rando-yoga a eu lieu les 15/16 octobre 2022 à Noirmoutier.

- 3 stages de raquettes auront lieu dans le même gîte à Bourg d'Oisans:

- stage niveau modéré du 14 au 21 janvier 2023. Andrée prend la parole pour conseiller aux futurs participants de s'entraîner en faisant des séances de cardio et en participant à 2 séances de marche minimum par semaine. Les coachs recevront les listes des participants aux 3 stages afin de les aider à se préparer à ces stages.

- stage niveau dynamique du 21 au 28 janvier
- stage niveau dynamique du 28 janvier au 4 février

- sans doute un stage dans la Baie de la Somme. Un appel à volontaire(s) est lancé pour initier le projet.

E : Autres perspectives

- Une soirée avec l'intervention d'une diététicienne le 16 novembre à 20 h salle des associations au Vigneau pour tous les adhérents qui le souhaitent
- un atelier sur le thème « la fresque du climat » avec 2 animateurs pour 28 adhérents sera proposé un vendredi soir ou un samedi matin. (responsable Philippe Peneau)
- une sortie avec la LPO en février/mars 2023, au lac de Beaulieu pour 20 adhérents.(responsable Jean-Philippe)

Ces trois animations seront financées à hauteur de 5€ par chaque participant et pour le reste par l'ACH

- des sorties longe côte en avril, mai et juin seront proposées à Notre Dame de Monts (responsable Andrée)
- galette des rois en janvier 2023

La mise à jour du trombinoscope et de la localisation des marcheurs est prévue. N'hésitez pas à nous proposer vos compétences sur ces deux mises à jour !

Questions : intervention des coachs de dynamique + qui souhaitent une formation sur la technique , les bons gestes en marche nordique. Des contacts avec une formatrice ont été pris dans ce sens. Proposition de Jocelyne : voir si les coachs salariés pourraient consacrer une séance par semaine (fréquence à discuter) en variant les créneaux pour proposer sur inscription une séance technique aux adhérents qui le souhaitent ?

Vote : aucune opposition, 1 abstention et oui pour les autres présents.

4. Élections de membre au Comité directeur

Suite au départ de Soussou, André Mondeguer, Lionel Macé, Lionel Cadiot, Gilles Veschambres, nous pouvons procéder à leur remplacement.

Il y a actuellement 5 places à pourvoir au sein du comité directeur.

Candidats : Philippe Pioud, Catherine Guyard, Annie Davy, Martine Gibier

Vote : les candidats sont élus à l'unanimité

Fin de l'Assemblée générale ordinaire à 22 heures.