

Assemblée Générale 2018

Salle de l'Amitié le samedi 13 octobre à 19h

COMPTE-RENDU

1 - Résumé des principales compétitions de la saison 2017-2018

Participation à une quarantaine de courses et marches, les plus représentatives sont 10km et semi de Tout Rennes Court, 7.5km La Grégorienne, 10km de Betton, et diverses courses du 10km au marathon et trail, pour les marches nordiques, 11km Yves Rocher à Rennes, 15km Château de Boeuvres à Guipry Messac, 10km de Coesmes et 11km à Bruz.

2 - Entraînements

Course à pied : 4 sorties par semaine, le mardi, le jeudi à 18h30, le samedi à 8h30 et le dimanche à 9h30 (heure de départ).

Possibilité de faire du fractionné sur le 10x100m tracé au bord du canal en direction de l'écluse des Cours.

Depuis le jeudi 04/10, tous les 15 jours à 18h30, des séances spécifiques sont proposées par Rodolphe Brière, éducateur sportif départemental, le rdv est au terrain de foot.

Objectif : améliorer ces performances et varier les entraînements.

Il pourra établir éventuellement des plans d'entraînements.

Un test VMA a été proposé le jeudi 27/09/2018 au stade d'athlétisme du Rheu, un autre aura certainement lieu courant février au stade Robert Poirier.

Marche nordique : 2 sorties, le mercredi à 17h30 et le dimanche à 9h30.

Sophie Bourdin, éducatrice départementale est présente tous les 15 jours le mercredi soir depuis le 10/10.

Cet hiver, Rodolphe et Sophie proposeront également des séances de PPG (préparation physique général) dans la salle polyvalente, le jeudi soir à partir 17h45 ouvert à tous, coureurs et marcheurs (prévoir un tapis et une serviette). 3 séances avant la fin d'année le 15/11, le 29/11 et 13/12.

Ils seront absents pendant les vacances scolaires.

3 - Journée des associations

Quelques nouvelles adhésions pour la course à pied et la marche nordique, effectif total 61 personnes, répartition 50/50 sur les 2 activités.

L'adhésion reste à 25€.

4 - Course nature et marche nordique du 6 juillet

20ème édition, 181 (231) coureurs et marcheurs sur les 3 épreuves, pour les courses 104 (124) sur le 14km, 59 (96) sur le 8km et 18 (11) sur la marche nordique de 8 km, une baisse d'un peu plus de 20% par rapport à l'année dernière.

La préparation et l'organisation de cette édition n'ont pas posé de difficultés.

Les différents dossiers et documents sont préparés et envoyés par Hervé dans les différentes administrations.

Préparation des paniers garnis (60) et des lots pour les coureurs.

Financement de la manifestation, nos partenaires (30) répondent toujours présents, ils sont représentés dans nos prospectus distribués dans les commerces et dans quelques courses de la région. Difficulté à trouver de nouveaux partenaires.

Jour J, pas de problèmes particuliers sur les parcours, arrivée et classements bien gérés.

Distribution des lots à tous les arrivants ; cette année une bouteille de cidre avec un gâteau breton.

Sur le podium, des paniers garnis, des bouquets de fleurs et des bons d'achats Sobhi Sport pour les premiers et pour les différentes catégories.

Et pour terminer le tirage au sort de différents lots offerts ou achetés.

Comme les années précédentes, nous reversons une partie des bénéfices à une association caritative, cette année nous avons choisi de reverser cette somme à 250€ à l'Afsep (Association Française des sclérosés en plaques).

Clôture de la 20ème édition par notre traditionnel repas préparé par Yannick réunissant les bénévoles, leur conjoint et une partie des adhérents soit une bonne centaine de personnes.

Merci à tous pour votre implication et votre participation à cette nouvelle édition.

5 - Site internet

Plus à jour depuis plusieurs mois, ouvert à toutes propositions pour gérer le site.

6 - Saison 2018 - 2019

Courses offertes:

Le 10km de Betton en janvier, nous avons pensé à la course du Vau Baudet à Cancale, annulé en 2018, à voir pour 2019 et la marche nordique du marathon vert.

Sortie week-end, on va certainement refaire un sondage pour déterminer le nombre de personnes intéressées.

Possibilité d'organiser des sorties pique-nique.

Les dates à retenir:

Téléthon le samedi 1 décembre

Galette des rois le samedi 26 janvier à la salle polyvalente

21ème édition de notre course le dimanche 30 juin à La Scierie

AG le samedi 19 Octobre 2019 à la salle de l'Amitié

On vous enverra un résumé des dates par mail.

7 - Questions

8 - Approbation du bilan moral

9 - Bilan financier

10 - Approbation du bilan financier

11 - Renouvellement du bureau

Sortants: Hervé et Marc, de nouvelles candidatures seraient les bienvenues pour apporter de nouvelles idées.

Pas de changement de bureau après vote.