

Compte-rendu : ASSEMBLEE GENERALE - 20 septembre 2013

R.EMERIT, président de TEMPSLIBRE a accueilli les adhérents puis a adressé ses remerciements :

- à Monsieur le Maire pour sa présence et son soutien à l'association ;
- à tous les membres du bureau, pour leur dévouement, aide et disponibilité, tout au long de l'année ;
- à Jean Luc GRAECHEN, président du CODEP.

La parole est ensuite donnée aux différents intervenants.

1. Le rapport d'activité et les prévisions

La gymnastique seniors - Christiane et Françoise : pour l'année 2012-2013, le nombre des seniors est de 37 Adhérents, soit 2 de plus que l'année précédente. Les nouvelles, Marylène, Marie-France, Amélia et Tina se sont rapidement intégrées et ont apporté leur dynamisme.

La fréquentation moyenne est de 27 et compte tenu de la bonne ambiance certains cours 30, hors période vacances scolaires où les séniors en profitent pour être avec leur famille.

Nous fêtons les anniversaires lorsqu'il y a changement de dizaines. Michèle nous a offert le pot de l'amitié pour ses 70 printemps et Yolande, le 5 Juin, pour ses 80 ans. Elle a organisé avec l'aide de son mari, sa fille et son gendre un super apéritif.

Comme le veut la tradition aux cours séniors, l'année s'est terminée par deux cours en plein air, un avec le soleil dans un parc à Val de Reuil, quant au second qui devait avoir lieu dans la forêt de bord, la pluie s'étant invitée, il s'est terminé dans la salle où nous avons pique niqué, je dirais plutôt festoyé dans la joie et la bonne humeur.

Pour remercier Catherine de tous ses efforts, pour nous garder en forme, et de son infinie patience (!!!!) ses élèves reconnaissants lui ont offert un cochon tirelire.

Cette année sportive a bien démarré, nous commençons à récupérer les inscriptions.

Les seniors - Catherine Graechen : les personnes sont assidues et je pense qu'elles ont plaisir à se retrouver et partager une activité physique. Tous exécutent dans la bonne humeur les différents exercices avec aisance et sérieux ; la plupart aiment danser et je pense qu'il y a une réelle prise de conscience que : « bien bouger, c'est mieux se porter, pour bien vieillir ». J'en profite pour les remercier de leur reconnaissance.

La gymnastique adultes - Sylvie :

18 Licenciées, moyenne 15 participants par séance, 3 licenciées parties en cours de saison pour raisons professionnelles et de scolarité.

Planification des séances sur le mois

SEMAINE 1 : renforcement musculaire avec ou sans charge

SEMAINE 2 : fitball (équilibre, renforcement musculaire, Pilates)

SEMAINE 3 : Step

SEMAINE 4 : renforcement musculaire avec ou sans charge

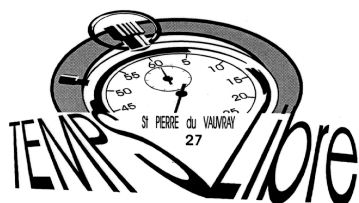
- 1séance gym douce par trimestre

Fin de saison

- 1 séance de marche nordique sport-santé sur le terrain de football de SPV.

15 Pré-inscriptions pour 2013/2014.

Acti'March - Catherine GRAECHEN : le cours s'est déroulé le mercredi de 18h 30 à 19h30. Il y avait 12 personnes dont 2 hommes. Une personne a déménagé, une autre a été arrêtée pour raison de santé. De septembre à octobre, nous avons marché au parcours sportif de la forêt de bord des Damps ; pendant la période hivernale, près du lycée Marc Bloch et sur la piste cyclable ; au printemps retour en forêt de bord. Lorsque nous étions près du lycée, j'ai combiné marche et travail de renforcement musculaire en utilisant le mobilier urbain pour apporter un peu de diversité à la séance. Le samedi et ou le dimanche matin, en fonction des disponibilités et des motivations de chacun rendez-vous était donné au jardin sportif de Val de Reuil.



Constat : pas toujours évident de maintenir la motivation quand il n'y a pas de projet-programme. Au bout de 4 ans d'existence, l'encadrement est-il toujours indispensable ? J'ai questionné les uns et les autres et tous souhaitent continuer. J'ai fait la proposition suivante pour 2013/2014 :

- une coupure pendant la période hivernale
- des tests pour évaluer les progrès et motiver
- la mise en place d'un mini programme à partir de mi mars

La marche reste le point fort de la séance avec des temps de renforcement musculaire et de souplesse.

La Country : Geoffrey

Pour l'année 2012/2013, les cours se sont déroulés sans aucun souci avec 15 inscrits. Les événements se sont succédé : bal country du 11 mai ; concours de danse à Quatremare le 30 juin 2013, démonstration de danse à Val de Reuil (ciné été), ...

Les projets 2013/2014 se préparent. Il y aura comme tous les ans le bal CD Country courant avril. Les cours ont repris sur les « chapeaux de roue » avec de nouvelles adhésions.

Les randonnées : Marie-Christine et Odile remercient nos fidèles randonneurs pour leur présence tout au long de l'année dans la joie et la bonne humeur. Elles promettent d'organiser de superbes balades pour 2013-2014, avec quelques surprises.

Tableau des randonnées

DATES 2013/2014	LIEUX	VOLONTAIRES
Septembre : 01	Saint-Germain de Pasquier	Marie-Christine et Odile
Octobre : 06	Paris, « Entre Palais et Hôtels + bateau-mouche »	Le CODEP et TEMPS LIBRE
Novembre : 24	Rando Restau, Vallée de Bance	Nadine et Michel
Décembre : 15	Le marché des Artisans	Roland et Manuella
Janvier : 19	Forêt de Bord	Marie-Christine et Odile
Février : 16	La Voie verte	Catherine
Mars : 16	Les coteaux d'Heudebouville : visite du four à pain et de l'église (possible selon le temps). Piquenique (facultatif)	Marie-Christine et Odile
Avril : 27	St Germain en Laye, journée (piquenique)	Marie-Christine et Odile
Mai : 18	Semi-nocturne forêt de Lyons. Prévoir piquenique (local assuré)	Marie-Christine et Odile
Juin : 14/15	Le week-end (lieu à déterminer)	Jean-Luc, Catherine, Roland, Manuella

Le week-end :

Nous sommes partis le samedi 15 juin pour le week-end à Saint Martin aux Arbres près de Yerville. Nous nous sommes arrêtés à Ouville l'Abbaye pour une pause café puis en route pour la première randonnée de 7 km. Le temps n'était pas très chaud avec beaucoup de vent mais pas de pluie et la bonne humeur et les blagues étaient au rendez-vous. A midi, arrêt pour déjeuner face à la grotte, son autel et ses apôtres. Une pause photo et nous repartons pour la 2ème randonnée de 7 km. En chemin, halte à la ferme "Au fil des saisons". Le propriétaire du lieu nous conte l'histoire du lin avec un bel humour. En fin d'après midi, nous arrivons au gîte de Caillebourg : installation dans les dortoirs et dîner. Certains s'occupent du barbecue pendant que d'autres font la mise en place des tables. Apéritif, salade et dessert plus Madison et Zumba avant d'aller dormir vers minuit. Le dimanche matin, petit déjeuner avec le pain de la ferme et baguettes chaudes : un régal et hop ! en route pour la randonnée de 5 km autour de Caillebourg. Retour aux voitures pour déjeuner au "Relais de la poste" à Yerville. Fin du week-end.



La soirée dansante : elle a été organisée en partenariat avec **Saint-Pierre Pour Tous**. Elle nous a permis de passer un moment convivial et de réaliser un petit bénéfice.

La tombola :

Tombola clés en main fournie par GEVEDIT			
Nombre de tickets achetés :		500	
Nbre de tickets offerts :		100	
		<hr/>	
Total		600	
Prix d'achat du kit		481 €	
Nbre de tickets vendus		540	
Achat d'un gros lot		130,89 €	
Appareil photo			
BILAN			
Recette tickets vendus			1 080 €
Achat du kit tombola			481 €
Achat Appareil photo			130,89 €
Boissons et alimentation			81,11 €
Recette			387 €

Le rapport d'activité et les projets ont été votés à l'unanimité.

2. Le rapport financier ; le bilan prévisionnel ;

BILAN FINANCIER ANNEE 2012/2013	
Recettes	Dépenses
10 346,23 €	9 931,83 €

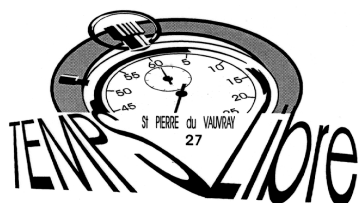
PREVISIONS 2013/2014	
Recettes	Dépenses
8 488 €	8 488 €

Le poste le plus important reste bien sûr celui des salaires pour les deux animatrices.

Les bilans financier et prévisionnel ont été votés à l'unanimité

Appel pour l'entrée de nouveaux membres au bureau :

- Jean-Luc GRAECHEN se propose. **Il est élu à l'unanimité.** Le bureau décide qu'il occupera le poste de trésorier.



3. La remise des médailles

Cette année, le CODEP et TEMPS LIBRE ont récompensé deux fidèles adhérentes, depuis au moins 15 ans, à la FFEPGV: Yolande CAPRON et Jeannine VALANCE.



De gauche à droite : Catherine, animatrice ; les deux médaillées ; Roland, président de TEMPS LIBRE et Jean-Luc, président du CODEP et trésorier de TEMPS LIBRE.

Le CODEP a ensuite remis une médaille à Roland EMERIT, président de TEMPS LIBRE, pour sa disponibilité au service de l'association.



Le bureau remercie les animateurs – Catherine, Sylvie et Geoffrey – pour leurs compétences, leur dynamisme et leur investissement.

L'Assemblée Générale a été clôturée par des rafraichissements et des petits fours.