

A 3 S



*Association
Sport Santé Sassenage*

Assemblée Générale





Ordre du jour

- Accueil des participants et émargement
- Présentation du rapport moral
- Présentation des comptes de la saison 2022/2023
- Présentation du budget prévisionnel pour la saison 2023/2024
- Rapports des différentes activités
- Proposition d'augmentation du montant de l'adhésion pour la saison 2024/2025
- Renouvellement par tiers du Comité Directeur
- Plan de formation et formation en cours des animateurs
- Appel à bénévoles pour animer et encadrer les activités
- Calendrier des événements festifs pour la saison 2023 - 2024
- Questions diverses



Rapport Moral

- Une nouvelle présidence
- Evolution - Nouveautés
- Contrat tenu
- Pouvoir continuer
- Sans eux, sans vous demain ?
- Remerciements à notre commune
- Nous sommes complets, comment accueillir demain ?
- Rayonnement et reconnaissance de l'action du Club
- Une très belle année

Budget réalisé au 31 août 2023

Détail	Recettes	Dépenses
Adhésions 115 adhérents	6 900,00 €	
Subvention Mairie	600,00 €	
Encaissements vente tee-shirts club	640,00 €	
Produits exceptionnels (2ème tee-shirt - PSC1)	306,00 €	
Achats tee-shirts club		1 148,61 €
Assurance MAAF		270,75 €
Licences FFRS		2 990,00 €
Formation		1 074,83 €
Frais déplacement		108,88 €
Achat PC Club		723,99 €
Achat matériel Sono – micro et rangement		177,41 €
Achat matériel Montagne		166,40 €
Achat matériel pour Gym et NEM		392,16 €
Frais bancaires		125,03 €
Fournitures Bureau		33,88 €
Frais AG - soirées festives intersections		817,24 €
Excédent		416,82 €
Sous-total	8 446,00 €	8 446,00 €

Budget réalisé avec valorisation bénévolat

Détail	Recettes	Dépenses
Sous-total	8 446,00 €	8 446,00 €

Valorisation du Bénévolat	38 697,75 €	38 697,75 €
---------------------------	-------------	-------------

Total avec Valorisation du Bénévolat	47 143,75 €	47 143,75 €
--------------------------------------	-------------	-------------

SMIC Chargé

La valorisation du bénévolat est composée de	Heures	Coût horaire	Coût total
Animation des cours	1 351	13,5	18 238,50 €
Formation des animateurs	760	13,5	10 260,00 €
Administration du Club	592	13,5	7 992,00 €
Représentation du Club aux instances	163,5	13,5	2 207,25 €
Total	2 866,5	13,5	38 697,75 €

soit coût par adhérent si l'animation des cours était assurée par un salarié

158,60 €

à rajouter à votre cotisation

Votre cotisation aurait pu être de

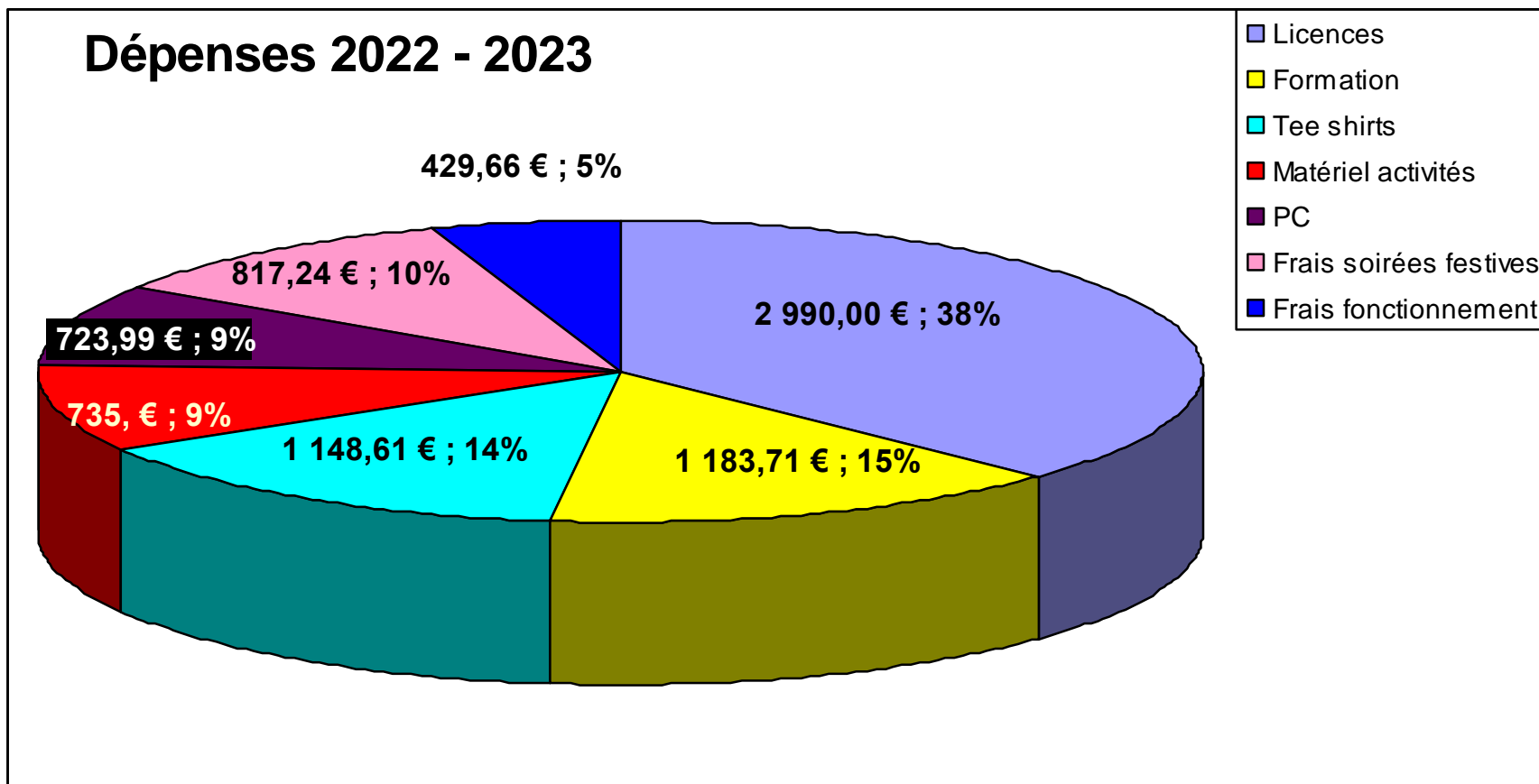
65,00 €

158,60 €

223,60 €



Budget réalisé au 31 août 2023



Bilan financier au 31 août 2023



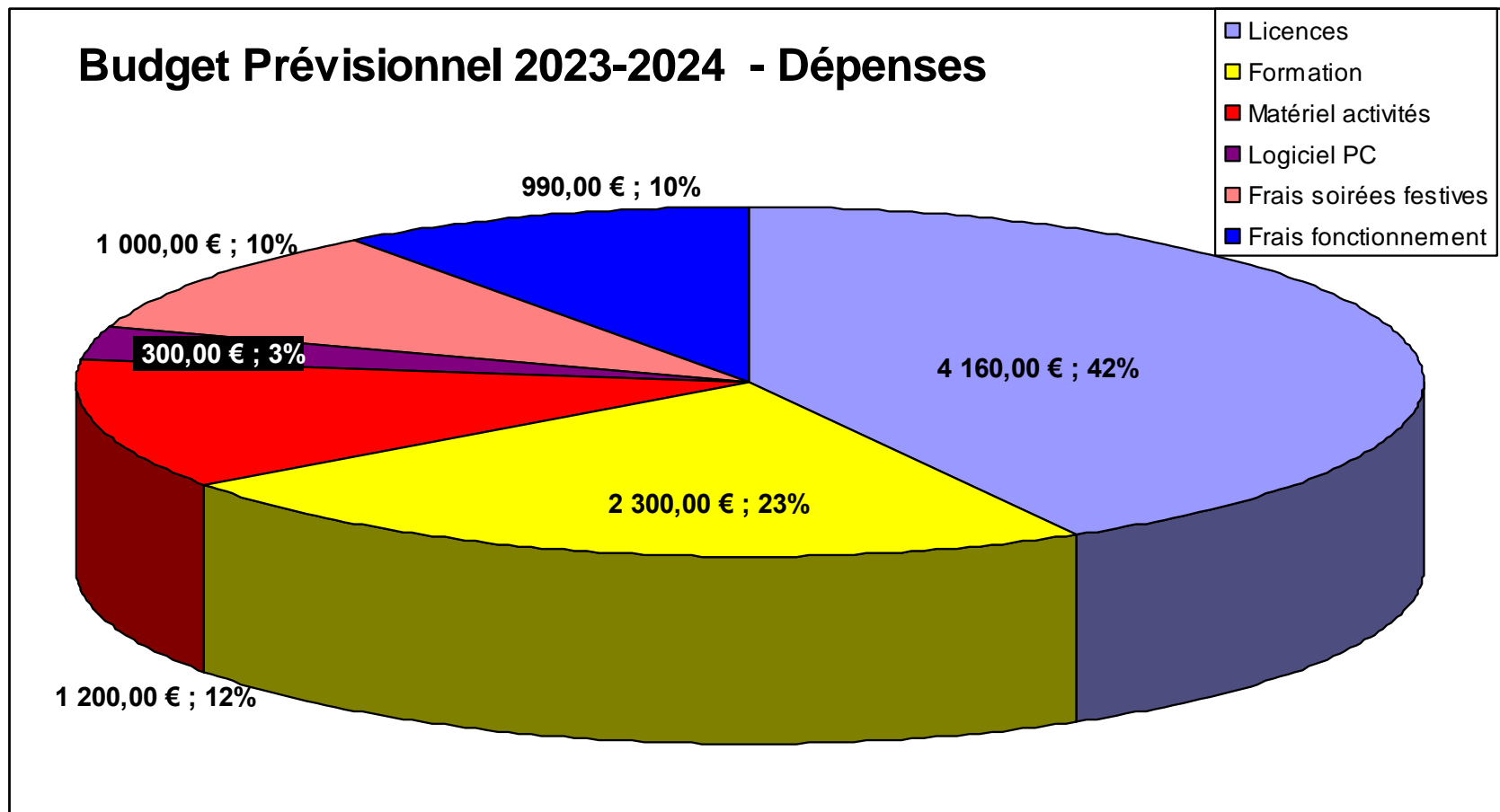
Solde CE au 01/09/2022	7 227,75 €		
Excédent exercice 2022 2023	416,82 €		
Placement Epargne		6 000,00 €	
Nouveau solde compte CE au 1/09/23	7 644,57 €	- 6 000,00 €	1 644,57 €

Budget prévisionnel 2023-2024

Détail	Recettes	Dépenses
Adhésions base 130 adhérents (65 x 130)	8 450,00 €	
Subvention Mairie demandée	800,00 €	
Subvention FFRS	1 500,00 €	
Achat Licences FFRS (32x130)		4 160,00 €
Assurance MAAF		400,00 €
Formation		1 500,00 €
Frais de déplacements		800,00 €
Achat Matériel pour activités		1 000,00 €
Achat Trousses de secours et contenu		200,00 €
Achat Logiciel pour PC		300,00 €
Frais AG - soirées festives intersections		1 000,00 €
Frais bancaires		180,00 €
Frais affranchissement		60,00 €
Fournitures Bureau		350,00 €
Excédent		800,00 €
	10 750,00 €	10 750,00 €
Valorisation du Bénévolat	37 071,00 €	37 071,00 €

Budget prévisionnel 2023 2024

Répartition des dépenses



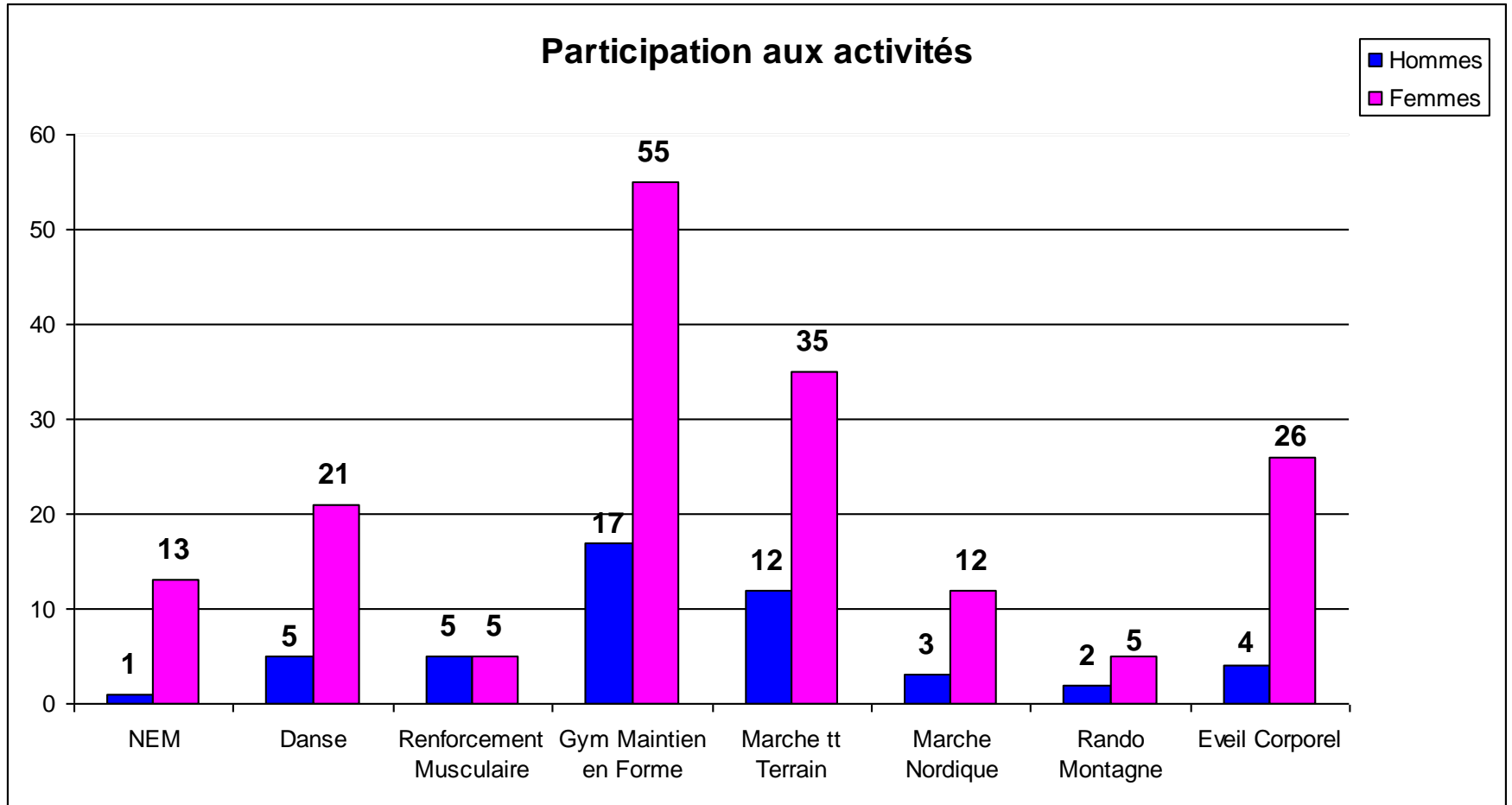
Rapport d'activité global



- ❖ En 2022 - 2023 : 115 inscrits
- ❖ 90 femmes - 25 hommes
- ❖ Agés de 52 ans pour la benjamine à 90 ans pour nos deux doyens
- ❖ La majorité est Sassenageoise (81/115)
- ❖ Notre association leur propose un panel d'activités réparties tout au long de la semaine, du lundi au vendredi à l'exception du mercredi réservé aux petits enfants.

Rapport d'activité global

Tableau de votre participation aux activités réparties chronologiquement sur la semaine



Rapport d'activité global

- En 2022 : 2 nouvelles activités : le NEM et la Randonnée Pédestre en Montagne.
- Pour encadrer les activités : 10 animateurs bénévoles formés par la FFRS,
- qui vous consacrent en moyenne 70 à 120 heures par an et par activité.
- La moyenne d'âge des animateurs augmentant, il est urgent et nécessaire que de nouvelles personnes se forment et viennent les compléter, dans un premier temps, puis les relayer.
- N'hésitez pas à venir nous rejoindre, nous vous accueillerons avec bienveillance.

NEM - Neurones En Mouvement



- L'activité se déroulait le lundi après-midi dans la salle de la maison des clubs,
- 30 séances ont été proposées,
- 15 inscrits à l'activité.
- Une moyenne de présence de 12 participants
- Cette année, l'activité a lieu le lundi matin dans la Halle Jeannie LONGO,
- ce qui a permis d'augmenter le nombre de personnes pouvant être accueillies.

NEM - Neurones En Mouvement





Danse en Ligne

- L'activité se déroule dans la salle des Engenières, le lundi après-midi,
- Deux groupes de danse de 13 -14 personnes,
- 30 séances de 1h15 pour chaque groupe,
- avec une moyenne de fréquentation de 12 personnes par groupe.
- En septembre, nous avons redémarré la saison avec 2 groupes de 18 personnes chacun.

Danse en Ligne



Renforcement musculaire



- Un temps proposé à nos adhérents, le lundi soir, dans la salle de musculation de la Halle Jeannie LONGO.
- 20 adhérents inscrits, 10 participants, dont 8 assidus.
- Dans la salle, sont à la disposition des participants : deux vélos, un elliptique et un rameur.



IL N'Y A PAS DE PETITES VICTOIRES

Gymnastique de maintien en forme

- 33 séances de 1H30, le mardi matin dans la Halle Jeannie LONGO.
- 88 inscrits, 72 participants avec en moyenne 48 personnes par séance.
- 5 animateurs se relaient : Marie Thérèse, Margot, Mauricette, Daniel et moi-même Marie Noelle.
- Après un échauffement en commun, 3 ateliers tournants suivis d'un retour au calme, tous ensemble.
- Cette organisation nécessite la présence de 3 animateurs par séance, ce qui nous permet de temps à autre de pouvoir également redevenir pratiquant.
- Plus nous serons d'animateurs, mieux ce sera pour tous, aussi n'hésitez pas, rejoignez nous.

Gymnastique de maintien en forme





Marche tout terrain - de proximité

- L'activité se déroule le jeudi matin, avec un départ à 8h30 de la maison des clubs.
- Les sorties ont lieu principalement sur les chemins environnants.
- 31 sorties avec en moyenne 25 personnes réparties en 2 groupes,
- encadrées par 4 animateurs : Nicole, Margot, Mauricette et Marcel.
- A la demande de certains adhérents, qui souhaitaient des sorties à la journée, Marcel, Mauricette et Margot ont suivi un stage de randonnée pédestre en mai 2023.
- Cette nouvelle activité a été mise en place à la rentrée 2023 pour la nouvelle saison.

Marche tout terrain - de proximité





Marche Nordique

- 15 inscrits à cette marche dynamique, avec une fréquentation moyenne de 12 personnes à chaque sortie,
- Nos zones d'évolution sont à proximité de Sassenage,
- 33 sorties de 10 bornes,
- un encadrement digne d'une Team Pro : Catherine est venue suppléer Daniel. Sylvie et Jo sont en formation pour devenir eux aussi Animateurs Fédéraux.
- Cela fera 4 Animateurs diplômés,
- avec un tel encadrement, il sera facile de faire un groupe de débutants pour mieux adapter les contenus, pour progresser et vous amener à apprécier le Sport pour la Santé et la Santé par le Sport.

Marche Nordique





Randonnée Pédestre Montagne

- Activité coanimée par Marie-Françoise et moi-même
- 27 sorties réalisées mais en raison de la météo capricieuse, 11 sorties limitées à la demi-journée et certaines annulées pour des questions de sécurité.
- 6 sorties réservées pour les prérequis des futurs animateurs randonnée pédestre
- Les randonnées qui se sont déroulées dans de bonnes conditions, sur des dénivelés de l'ordre de 700-900 mètres ont regroupé 5 à 7 fidèles participants.
- Les personnes intéressées par une pratique régulière de la randonnée montagne désirant nous rejoindre sont les bienvenues et peuvent s'adresser aux 2 animateurs pour des renseignements.

Randonnée Pédestre Montagne





Eveil Corporel

- Une activité qui existait avant la création de l'A3S, et qui fête son 10^{ème} anniversaire.
- 30 adhérents avec une participation moyenne de 22 participants,
- se rencontrent chaque vendredi matin la salle du dojo du gymnase Jeannie Longo de 9 h 30 à 10 h 45.
- Après un échauffement, nous réalisons un travail sur le corps avec l'aide de balles, de bâtons et nous terminons par une méditation guidée.
- Le but recherché : un grand sentiment de détente et de bien-être.
- Appel à des bénévoles qui aimeraient s'investir dans l'animation de cette activité.

Eveil Corporel





Cotisation A3S pour la saison 2022 - 2023

- Le montant de la cotisation est aujourd'hui de 65 € correspondant à :
 - licence + assurance : 26 €
 - CORERS Auvergne Rhône Alpes : 2 €
 - CODERS 38 : 4 €
 - Adhésion A3S : 33 € quel que soit le nombre d'activités pratiquées
-
- Le coût de la prochaine licence FFRS + assurance devrait augmenter
 - La part du CODERS 38 (qui participe au financement des formations) va également augmenter de 2 €
 - Dans ces conditions nous soumettons au vote une cotisation 2024-2025 de 70 €

Membres actuels du Comité Directeur



- Daniel COURANT - Président - membre sortant (S)
- Marie-Françoise LECOCQ - Vice présidente (S)
- Joseph BAUSANO - Trésorier
- Marie-Thérèse COURANT - Secrétaire (S)
- Mauricette BLANC-BRUDE - Secrétaire adjointe
- Margot MOREAU
- Franck POURRAT - Communication/informatique
- Nicole SALMON ANTIER - Démissionnaire

Candidats au Comité Directeur soumis à vote

- Daniel COURANT
- Marie-Françoise LECOCQ
- Marie-Thérèse COURANT
- Marie-Noëlle BAUSANO
- Marcel BOCCON-GEBEAUD
- Catherine RENARD
- Marlène PRADAL
- Annie SENEAL



Plan de Formation

Formations effectuées en 2022 - 2023

- PSC1 : Margot, Marie Thérèse, Marie Françoise, Nicole, Daniel, Franck
- M2 Randonnée pédestre : Margot, Mauricette, Marcel
- M2 Marche nordique : Catherine
- M2 Gym : Marie Noëlle
- FCB : Joseph

Formations Prévues en 2023 - 2024

- FCB et PSC1 : Sylvie
- M1 : Sylvie et Joseph
- M2 Marche nordique : Sylvie et Joseph



Appel à Bénévoles



Evènement festif saison 2022 - 2023

Après-midi Bugnes - 2 mars 2023



Evènement festif saison 2022 - 2023

Soirée fin de saison - 29 juin 2023



Evènement festif saison 2022 - 2023

Soirée fin de saison - 29 juin 2023

Remerciements à la famille SOLERS



Evènements festifs saison 2023 - 2024

- Soirée fête de fin d'année - ce soir : 5 décembre 2023
- Après-midi Bugnes : 12 mars 2024
- Soirée de fin de saison : 25 juin 2024



Tee-shirts club

Il nous reste quelques tee-shirts - si certains sont intéressés
Merci de vous rapprocher de vos animateurs sportifs.



Questions diverses



Remerciements aux invités présents et à l'ensemble de nos adhérents

