

## Assemblée Générale du Club de Courdimanche

15 Décembre 2011

Bonjour à tous, merci d'être venus à notre Assemblée Générale de notre Club Sport, Senior, Santé mis en place depuis Avril 2011, avec l'aide de la mairie de Courdimanche sensible au bien être de ses seniors et qui a bien intégrée le message de notre Fédération reconnue d'utilité publique, à savoir la mise en place d'activités sportives adaptées au public des seniors pour retarder le plus longtemps possible la dépendance et également favoriser un lien social pour lutter contre l'isolement.

Notre Club compte à ce jour 38 personnes, mais nous filons à grande vitesse vers la cinquantaine, à la suite de la diffusion du journal « douze Communes » qui présente notre Club et de l'interview accordé à notre Club à Radio RGB.

Je voudrais vous présenter notre Bureau, socle du Club et indispensable à toute association: la Présidente, AD

La Secrétaire Francine Maddelein

Je remercie toutes ces personnes nommées qui vont contribuer à la bonne marche du club et à son développement.

Quelles activités ont été mises en places depuis Avril 2011:

L'activité dansée, activité ludique par excellence qui compte à ce jour 20 personnes .

La Randonnée, activité très appréciée, mais qui manque cruellement d'animateur formé, c'est l'activité de base fréquentée à ce jour par une douzaine de personnes qui viennent marcher chaque mardi matin , 10 kms, et qui reviennent régulièrement .

La gymnastique spécial senior<sup>6</sup> grâce à un partenariat avec le Foyer Rural<sup>33</sup> compte 20 personnes à ce jour

L'aqua-gym, activité très demandée elle verra très certainement dans les mois qui viennent une augmentation de ses pratiquants qui sont 12 pour le moment. Nous avons pu trouver une entente avec la Piscine de l'Axe Majeur pour un cours adapté aux seniors.

~~Nos Projets:~~

- 11/03 17h00 -

Le maintien de toutes ces activités, l'accueil des nouveaux, la ville de Cergy est à proximité de Courdimanche, la création d'autres activités adaptées: la marche nordique, la Pétanque.

ou autres clubs

le Tennis  
de +06

L'encouragement à la Formation d'animateurs indispensables au fonctionnement et au développement du Club.

Cette formation est gratuite et offre des possibilités

PSCA

d'accompagnateur sportif ( AS ) 3 jours de Formation, et d'animateur Fédéral ( AF ) une semaine de formation + expérience pratique sur le terrain.

Cette année 2012, nous mettons au point un séjour sportif qui a lieu du 21 mai au 25 mai 2012 à Houlgate que nous ferons conjointement avec le Club de la retraite sportive de Courbevoie.

Ce Séjour propose randonnée, gymnastique, visites touristiques et activité dansée. Il nous permettra de partager les activités que l'on peut pratiquer au sein de nos clubs.

Il faut impérativement s'inscrire avant le 31 décembre.

La documentation est à votre disposition, il y a 10 places.

Le Samedi 7 Janvier 2012, marche internationale organisée

par les Godillots de Paris, petit circuit de 10 kms , qui  
permettra d'admirer tous les monuments de Paris illuminés.

Alors sac à dos, boisson et fruit sec, chaussures de rando  
vêtements chauds, gants et bonnet.

Appareil photo  
Tour Eiffel

Inscription auprès de notre secrétaire.

Rendez-vous le samedi 7 Janvier 2012 à la gare de Cergy-Le-  
Haut à 14h45.

RER A jusqu'à Châtelet puis RER B jusqu'à Port Royal où  
nous rejoignons un autre club à 16h30.

Retour à l'heure qui vous convient, le métro étant proximité de  
notre circuit.

Un Projet de Balnéo est en cours de préparation pour

23-29 Sept.

septembre 2012, mais peu de personnes inscrites , nous

pourrions être amenés à le reporter en 2013, les personnes

intéressées sont priées de se faire connaître pour leur envoyer  
la documentation.

( voir Marie-Françoise )

Enfin je terminerai en vous parlant du 30eme anniversaire de  
notre fédération, qui souhaite encourager la mise en place  
d'événements festifs par les clubs Comités Régionaux et

✓  
5

comités Départementaux.

La Fédération organise une semaine fédérale à Seignosse Le Penon dans les Landes du 15 au 22 septembre 2012.

Toutes les informations vont paraître dans la revue vitalité .

Les inscriptions sont acceptées à partir de Janvier 2012.

Notre Assemblée se termine, si des questions se posent nous y répondrons .

Merci de votre attention et votre intérêt.

Je vous souhaite à tous de joyeuses fêtes, et une bonne nouvelle année et une bonne santé pour l'année 2012.

Nous vous invitons à partager le pot de l'amitié .

A l'année prochaine en foute  
du mardi 3 Janvier 2012  
à l'occasion de notre activité Randonnée .

