



Bureau
<p>Président Robert BOUCHAMA</p> <p>Trésorier Gérard Benvenuto</p> <p>Secrétaire Isabelle Bataille Chantal LeVourc'h</p> <p>Entraîneur Adultes Jo Mondet</p>

Compte-rendu AG du 24/10/2018

Présents : 20 personnes

Représentés : 4 personnes

Absents : 2 personnes

Début de séance : 19h20

La séance commence par le discours du président qui tient à remercier les adhérents, les représentants de la mairie et les coureurs-coureuses qui portent à chacune de leurs courses haut les couleurs du club !

Pour rappel :

Chez les garçons :

Patrick SIMON, Adel CHAMKIA, Stéphane RULFO, pour leur EKIDEN, et, pour l'ensemble leurs résultats, notamment Adel CHAMKIA : Champion du VAR – Dorian LOPEZ, pour l'ensemble de ses podiums (très souvent 1^{er} au scratch des différentes courses auxquelles il participe) - Alain MAUREL, pour ses podiums et ses 100km !

Chez les filles :

Catherine BERTONE, Zohra ROUSSEL, pour leur titre respectif et leurs différents podiums – Sophie GRIMALDI, Sophie SANTUCCI, Sandra SILVESTRE qui sont sur beaucoup de courses et font podium très souvent – Karen HANNETEL, qui a participé notamment au Semi-Marathon de Paris

Résultats et photos : <https://capgaronne-ollioules.jimdo.com/>

Un merci aussi à toute l'équipe de la mairie, toujours là pour nous accompagner et pour nous prendre en photo !



Foulée Ollioules – Cap Garonne

1. Bilan de la course « Corrida pédestre »

La Corrida pédestre, cette année, a connu quelques déboires, notamment liés à la météo (canicule), comme les courses de la région organisées cet été. Les sponsors sont remerciés pour leur soutien et leur aide et le Monsieur le maire est quant à lui remercié car malgré les dispositions spécifiques à prendre, le club est toujours aidé et accompagné, du fait cette course est maintenue.

Gérard Benvenuto prend la parole pour parler du budget et ainsi le faire valider par l'AG.

Les comptes sont positifs « à l'équilibre », grâce aux différentes activités proposées et grâce au soutien financier de la ville (subventions versées).

2. Renouvellement inscription pour l'année 2017-2018 :

Section adultes

Le club a pu renouveler l'ensemble des licences de l'an dernier et a aussi enregistré de nouveaux adhérents. Nous en sommes à 27 adhérents.

3. Point sur les entraînements

L'entraîneur – Jo Mondet – prend la parole pour rappeler l'intérêt des entraînements, leur déroulement et expliquer les plans mis à disposition de chaque coureur.

Il rappelle la nécessité des étirements qui finalisent le travail effectué lors des séances, ainsi que l'importance de respecter les allures en récupération (RAC) qui sont toujours trop rapides !!! Il ajoute de ne surtout pas ajouter de séance au plan, ni d'inter changer des séances ou de rattraper une séance manquée !

Un Test VMA sera organisé, en lien avec le TCO, car seulement quelques adhérents ont pu participer à une session de VMA proposée ce lundi soir par le TCO (d'ailleurs les résultats ont été envoyés aux coureurs concernés et l'entraîneur va revoir les plans individuels).

Nouvel entraîneur

Mickaël Zanoletti a suivi une formation pour être « adjoint » de l'entraîneur. Du fait, le bureau en concertation avec lui a proposé que Mickaël prenne en charge les débutants et ainsi chacun pourra avoir un entraînement en fonction de ses capacités et évoluer en fonction de ses souhaits.

4. Elections – renouvellement bureau

La séance a commencé par ce point : le président a rappelé que le bureau était démissionnaire conformément aux statuts. Il demande si des personnes souhaitent



Foulée Ollioules – Cap Garonne

reprandre le flambeau, notamment pour le poste de secrétaire-adjointe. Personne ne se présente, le bureau est reconduit dans son intégralité.

5. Renouvellement des tenues

Isabelle Bataille explique pourquoi un renouvellement est proposé et discuté : les tee-shirts actuels ne se remarquent plus vraiment quand les coureurs participent aux différentes courses. Le bureau est en contact avec Otema Sport pour envisager des tee-shirts plus techniques et plus « visibles », et marquer un peu plus l'identité du club, grâce au graphisme proposé par Sandrine OBITZ.

Une participation financière sera demandée aux adhérents du club, pour obtenir des tee-shirts encore plus compétitifs.

6. Calendrier des Evénements à venir

Courses CLUB : un mot sera envoyé à chaque adhérent afin de savoir qui est intéressée (e), mais une date butoir sera donnée pour répondre – sans réponse pas de prise en charge

- Hyères : 17/03/2019
- Course des 3 Forts –Toulon : 01/05/2019
- Course du Soleil – La Londe : 05/07/2019
- Néoules : 25/08/2019

Festivités du club :

- Apéritif des nouveaux : 14/11/2018 19h15 (courrier de réservation de la salle : fait)
- Noël du club : 19/12/2018 19h15 (courrier de réservation de la salle fait)
- Loto du club : 13/01/2019 (attention : même jour que le cross départemental)
- Téléthon : 08/12/2018 10h-16h

Festivités FFA :

- Remise des résultats du championnat du var : 15/12/2018 16h - Ollioules

7. Questions diverses

Le bureau expose deux projets pour l'année 2019-2020 :

- L'organisation d'un WE de compétition en dehors du VAR est proposé : pour l'instant la destination choisie est : le Marathon de Provence : Il s'agit de faire participer l'ensemble des coureurs à différents formats de courses (10km – semi-marathon et marathon, sur Pertuis). Cette course est organisée en octobre 2019. Le bureau fera parvenir en temps voulu les informations nécessaires, après avoir procédé à un sondage auprès des adhérents.



Foulée Ollioules – Cap Garonne

- L'organisation d'un cross sur Ollioules, au niveau du Gros Cerveau, afin de participer encore mieux aux challenges départementaux, et aussi, afin de répondre aux souhaits des coureurs qui sont plutôt CROSS que Trail ou course sur route.
- La participation du club au Téléthon organisé par la Ville d'Ollioules, car la ville est un partenaire toujours présent et un soutien important pour le club : il s'agirait de proposer une course en relais entre parents et enfants, avec des ateliers sportifs ludiques, le 08/12 sur la Castellane. Des courriers pour réserver le stade ont été envoyés ce jour à la mairie. Toute bonne idée est la bienvenue et toutes les bonnes volontés seront acceptées !

La séance est levée à 20h20.

Emargement

Président

Trésorier

Secrétaire