



Passion Sports Nature Préaux

Assemblée Générale Procès-verbal de séance du 26 janvier 2018

Membres présents : Jean-Luc Taquet, Daniel Antczak, François Petit, Gilbert Hautekiet, Katia Bougon, Lætitia Bailly, Stéphanie Clauss, Cédric Vincent, Frank Le Roy, Sylvie Piquet, Pascal Piquet, Odile Taquet, Pascale Demarais, Vincent Demarais, Sylvia Feray, Jo Feray, Ingrid Laroche-Ertel, Marc Laroche, Alain Vieuxbled, Pascal Grout, Jean-Claude Prevost, Gildas Le Du, Lionel Blondel, Chantal Bréant, Jacques Bréant, Brigitte Hautekiet, Edwige Ménard, Claudy Ménard, Suzanne Gidon, Françoise Duval, Jean-Luc Brianchon, Dominique Jeandel, Denis Jeandel, Isabelle Antczak, Sylvie Acher, Dominique Acher, Jacques Tissot, Marie-Anne Balmelli, Dominique Chachuat, Christine Belhache, Nathalie Roux, Alain Lagnel, Thierry Hamon, Martine Ruquier, Ludivine Lebourg, Fabienne Lebourg, Philippe Lebourg, Annie Klausz, David Leprovost,, Florent Bruneau, Alexandre Daudon

Membres excusés : Véronique Lagnel, Christophe Hébert, Frédéric Rabet, Chantal Bigot, Catherine Lebrun, Jean-Pierre Lemonnier

Invités présents : Christian Legeard (président du Comité Départemental du Sport en Milieu Rural) , Anne-Marie Delafosse (maire de Préaux)

Invités excusés : Hélène Brohy (conseillère départementale), Pascal Martin (président de la CCICV), Annie Vidal (députée), Hervé Morin (président de la région), Patrick Chauvet (conseiller départemental), Francis Debrey (maire de Fontaine sous Préaux)

Jean-Luc ouvre l'assemblée générale à 19h25, le quorum étant atteint.

1.Rapport moral

Le président, Jean-Luc Taquet, nous prie d'excuser les invités absents. Il explique que si l'année 2016 a été celle de tous les records, 2017 n'a pas démerité puisque 544 sportifs ont pris le départ des épreuves des 31èmes Foulées. L'année a aussi été marquée par la soirée anniversaire des 30 ans du club le 26 mars 2017, qui a permis avec l'aide de deux autres associations (Tous Solidaires Pour Gauthier et la troupe On Marche Sur La Tête) de rassembler plus de 200 convives, de réunir une somme de 1.500 € pour Gauthier, devenu tétraplégique à la suite d'une épreuve sportive régionale, et aux membres du bureau de PSN de revêtir un costume inconnu, celui de comédien. La sortie club dans les Ardennes, qui a réuni 23 membres de PSN lors d'un week-end sportif et joyeux, restera également dans les mémoires. Il salue également les membres du club qui ont participé à différentes courses dans la région, et même un peu plus loin, puisque Vincent a participé à la fabuleuse Diagonale des Fous à la Réunion, où il a parcouru près de 100 km.

Jean-Luc annonce la date des prochaines Foulées, qui auront lieu le 14 octobre 2018. La date habituelle a dû être modifiée, car un marathon et des épreuves annexes sont organisés à Rouen le 3è dimanche de septembre. Cela s'est fait sans aucune concertation, ni avec les clubs, ni avec le comité départemental d'athlétisme.

Le président expose enfin le plan du déroulement de l'AG.

Le rapport moral est approuvé à l'unanimité.

2. Bilan administratif

Katia nous expose l'évolution du club avec un nombre stable d'adhérents, soit 88, dont 57 marcheurs, 28 coureurs, et 3 administrateurs non licenciés. Certains marcheurs des années précédentes ont rejoint les coureurs. Le club est donc composé de 65 % de marcheurs et 32 % de coureurs (et 3% d'administrateurs non licenciés), et comprend 53 % de femmes pour 47 % d'hommes.

3. Bilan financier

Gilbert explique que les dépenses et recettes augmentent en valeur absolue chaque année, 2017 ayant été notamment marquée par l'organisation de la soirée des 30 ans et des Foulées. Le budget global 2017 est de 18.866 € de recettes, et de 17.950 € de dépenses, pour un bénéfice de 916 €. Hors Foulées, les dépenses ont été de 8.679 € et les recettes de 8.844 €, soit un résultat positif de 164€. Quant aux Foulées, les recettes ont été de 10.022€, les dépenses de 9.271€, et le résultat positif de 751€.

Pour les Foulées, les plus grosses dépenses concernent le voyage à Marrakech gagné par tirage au sort (le gagnant de ce voyage est dans l'avion pour le Maroc à l'heure qu'il est...), et le lot remis à tous les coureurs, à savoir un sac garni, d'un coût de revient à l'unité de 6,70€, et cela malgré un coût d'inscription qui démarre à 10€.

Le rapport financier est approuvé à l'unanimité.

4. Bilan sportif

Cédric explique que le nombre de compétitions en 2017 est équivalent, à 1 près, à celui de 2016, puisqu'il y en a eu 390 (389 en 2016). PSN a participé à 90 compétitions, et 52 adhérents ont participé à au moins 1 compétition. 6.500 km ont été parcourus, soit la distance Préaux-Chicago, et 135.350 m de D+ gravis, soit 15 fois l'Everest !! Les podiums ont été plus nombreux qu'en 2016 : 88 en 2017 (44 coureurs et 44 marcheurs), contre 68 en 2016 (22 coureurs, 46 marcheurs). Nos régions de prédilection sont la façade nord-ouest et ouest, l'est et ses montagnes, sans oublier l'île de la Réunion pour Vincent.

Cédric présente le challenge du club. Le sportif le plus actif en 2017 est Odile, qui a basculé de la marche nordique vers la course à pied, avec 24 courses à son actif, soit une moyenne de 2 par mois. Le challenge propose aussi un classement par nombre de participations selon l'activité (course à pied, marche nordique, VTT et vélo route).

Il revient enfin sur les courses marquantes en 2017, notamment l'Eco-Trail de Paris, le trail des 2 amants, les 24h de VTT de Normandie, la Maxi-Race d'Annecy, l'Ardennes Mega-Trail, la Diagonale des Fous, et la Sainté-Lyon, et l'unique marathon couru en 2017, à Bordeaux, par Christophe.

Daniel prend le relais pour le bilan de la marche nordique. Là aussi, plusieurs courses marquantes : le trail des 2 amants, les Foulées Samariennes, la Vercors Marche Nordique Chrono (plusieurs courses le même week-end), le trail du tour du canton, et bien sûr le traditionnel trail de Noël de Montigny.

Sylvie Acher et Jo Feray ont suivi la formation BF1 en 2017, leur diplôme leur est remis par Monsieur Legard, sous les applaudissements.

Jean-Luc rappelle qu'avec près de 60 marcheurs dans le club, il est nécessaire d'avoir un nombre conséquent de formateurs. Le coût du BF1 est pris en charge par PSN, et il est important que les formateurs s'investissent dans l'encadrement des entraînements.

Deux places sont réservées pour que des adhérents de PSN suivent la formation BF1 dispensée par la FNSMR en 2018. Les personnes intéressées (à priori Françoise Duval et Catherine Lebrun), sont invitées à se manifester auprès de Daniel. Le bureau validera les inscriptions à cette formation.

5. Infos santé : quoi de neuf Doc ?

Frank rappelle que la course à pied, c'est traumatisant, et que le trail ne l'est pas moins que la course sur route, car on court plus longtemps. Les blessures habituelles sont les tendinites (tendon d'Achille, psoas, fascia lata), et les fractures de fatigue.

Il prend l'exemple, avec leur accord, de deux coureurs du club qui ont connu des abandons, qui s'expliquent par une charge de travail qui a augmenté trop rapidement, et est devenue trop importante.

Il est prudent d'avoir seulement 2 gros objectifs dans l'année (un au printemps, un à l'automne), ce qui limite les risques de fatigue générale, et d'y associer des distances plus courtes, en étant bien préparé.

Il faut aussi faire attention à son matériel, et éviter les chaussures minimalistes (drop [c'est-à-dire la différence de hauteur entre l'arrière et l'avant de la chaussure] < 8 mm), qui visent à retrouver une foulée dite « naturelle » (sur l'avant-pied). Un drop trop faible favorise la tendinite d'Achille. Si on souhaite diminuer le drop de ses chaussures, il ne faut pas aller au-delà de 2 mm de moins par an.

Bon, en même temps, les médecins avaient interdit à Alain Mimoun de s'hydrater pendant le Marathon de Melbourne en 1956, pensant que cela lui aurait été néfaste...alors faut-il croire le Doc ??

6. Événements 2017

François revient sur les faits marquants de 2017 avec notamment la sortie club dans les Ardennes, où les marcheurs n'ont pas pu bénéficier d'une épreuve chronométrée, mais d'une rando avec un guide...disons charmant. Les participants ont aussi pleinement profité du gîte...disons, rural.

Autre événement marquant, les 31èmes Foulées de Préaux, avec 544 inscrits, soit moins qu'en 2017, où nous avons enregistré 684 inscriptions, un record. Mais le mois de septembre 2017 a été maussade, et il y a eu davantage d'inscriptions plus tardives ; de plus le trail des Rois Maudits nous a sans doute impacté. Mais le succès du trail ne se dément pas.

Frank précise qu'en 2016, les Foulées de Préaux étaient classées à la 8^e place sur les 46 trails du coin, en nombre d'arrivants. En 2017, nos Foulées se sont classées à la 18^{ème} place sur 47, mais d'autres événements ont aussi régressé dans le classement, sans doute du fait de l'impact des Rois Maudits.

Jean-Luc précise qu'il n'a pas été facile de trouver une nouvelle date pour les Foulées en 2018. Peut-être va-t-on souffrir de l'organisation du trail des Rois Maudits, mais cela aura sans doute moins d'impact que si on avait gardé la date habituelle, à laquelle aura lieu le marathon de Rouen. La communication sur les Foulées a commencé plus tôt cette année, on a déjà des flyers (il suffit juste de ne pas les oublier quand on va participer à des courses...).

François fait un petit bilan du Téléthon 2017. PSN a organisé une soirée jeux de société le vendredi soir, une marche nordique le samedi, et a aussi participé au lavage des voitures. Le club a ramené une cagnotte de 1.080 €. La participation totale de Préaux (2.850 €) a été ramenée au village Téléthon à Rouen le samedi soir par de courageux coureurs (surtout coureuses) depuis Préaux ou Darnétal.

7. Récompenses sportives

Le duo Stéphanie / Daniel remet la récompense du club, c'est à dire le trophée pour le plus méritant.

Stéphanie rappelle que si tous les distingués sont méritants, tous les méritants ne peuvent pas être distingués, c'est comme la Légion d'Honneur. Le bureau a choisi de récompenser Jean-Luc Taquet, qui a

totalisé le plus grand nombre de podiums par catégorie à son actif en 2017 : 12 podiums V3, dont 6 à la 1^{ère} place, 3 à la 2^{ème} et 3 à la 3^{ème}. A peine ému, le président...

Daniel remercie Marie-Anne qui a lancé le groupe de marche nordique du mercredi, auquel un nombre important de participants est régulièrement recensé ; le groupe de Jean-Luc Brianchon, Claudy Ménard et Lionel Blondel, qui voulaient marcher entre gars le mercredi, s'est de ce fait trouvé trusté par les filles !

Jean-Luc remercie Jacques qui encadre un groupe de coureurs moins rapide le week-end, et souvent le mercredi aussi.

La tatane quant à elle revient au membre le plus gaffeur/étourdi/maladroit... grâce à un comptage de points tatane particulièrement objectif, avec l'aide de Jean-Luc Brianchon, intronisé délateur de points tatane à l'AG de janvier 2017.

C'était peut-être son destin : avec sa splendide perte d'un jeu de boules (de pétanque) et de ses clefs lors de la sortie club, Jean-Luc Brianchon a mérité la tatane d'or cette année. Jean-Luc Taquet (alias Jean-Bluck) lui remet également un boulet d'argent : un petit porte-clé avec une mini-boule de pétanque et une clé qui y a été soudée par Jacques, histoire d'être sûr qu'il ne perde plus ses clés...

8. Élections CA et bureau

Le procès-verbal de l'AG du 27 janvier 2017 est approuvé à l'unanimité.

Le vote à main levée pour l'élection des membres du CA (administrateurs) et des membres du bureau est admis à l'unanimité par l'AG

Lætitia précise que compte tenu du nombre croissant d'adhérents, les statuts devront être revus. Les membres du CA, que le bureau souhaite faire participer davantage à la vie de l'association, seront associés à cette révision des statuts, et une AG extraordinaire sera organisée à la fin du premier semestre 2018 pour adopter les nouveaux statuts.

Lætitia rappelle les statuts de l'association et tient à disposition la version papier pour les membres qui souhaitent les consulter. Elle précise que pour être membre du CA, il faut être à jour de sa cotisation.

Conseil d'administration

- Richard Bertrand n'est pas à jour de sa cotisation ; Eric Philip et Fabien Cottar souhaitent sortir du CA. Ils sortent du CA.
- Vincent Demarais souhaite entrer dans le CA, il est élu à l'unanimité.
- Thierry Hamon souhaite entrer dans le CA, il est élu à l'unanimité.

Le conseil d'administration est donc composé comme suit :

1^{er} tiers (2016-2018)

Jacques Bréant
Frédéric Rabet
Jean-Luc Taquet
Cédric Vincent
Isabelle Vincent

2^{ème} tiers (2017-2019)

Daniel Antczak
Stéphanie Clauss
Gilbert Hautekiet
Frank Le Roy
François Petit

3^{ème} tiers (2018-2020)

Lætitia Bailly
Katia Bougon
Alain Vieuxbled
Vincent Demarais
Thierry Hamon

Bureau

- Le poste de président est occupé par Jean-Luc Taquet qui se représente. Il est élu à l'unanimité.

- François Petit se représente au poste de vice-président course à pied. Il est élu à l'unanimité
 - Daniel Antczak se représente au poste de vice-président marche nordique. Il est élu à l'unanimité.
 - Lætitia Bailly se représente au poste de secrétaire. Elle est élue à l'unanimité.
 - Gilbert Hautekiet se représente au poste de trésorier. Il est élu à l'unanimité
 - Katia Bougon se représente au poste de trésorière adjointe (et non plus de secrétaire adjointe). Elle est élue à l'unanimité.
 - Stéphanie Clauss se représente au poste de secrétaire adjointe (et non plus de trésorière adjointe). Elle est élue à l'unanimité.
 - Cédric Vincent se représente au poste de chargé de communication. Il est élu à l'unanimité.
 - Frank Le Roy se représente au poste de chargé de mission « sécurité ». Il est élu à l'unanimité.
 - Le bureau souhaite un chargé de mission « sponsoring ». Vincent Demarais se présente, il est élu à l'unanimité
- Le bureau aura donc la composition suivante pour l'année 2018 :

Président :	Jean-Luc Taquet	Chargé de communication :	Cédric Vincent
Vice-président :	Daniel Antczak	Secrétaire adjoint :	Stéphanie Clauss
Secrétaire :	Lætitia Bailly	Trésorier adjoint :	Katia Bougon
Trésorier :	Gilbert Hautekiet	Chargé de sécurité :	Frank Le Roy
Vice-président :	François Petit	Chargé du sponsoring :	Vincent Demarais

8. Projets

Jean-Luc expose les projets 2018 :

- La possibilité de participer à la 30^{ème} randonnée de la Côte Fleurie (le 8 avril 2018),
- Le tour de Rouen qu'organise David le 21 avril, qui précise que son tour fera 105 km et 2200 m de D+, en sens inverse de l'an dernier, et qui invite ceux qui le souhaitent à l'accompagner sur une portion du parcours. Pour des raisons de sécurité, il leur fera signer une décharge, prévoyant notamment qu'ils devront être en auto-suffisance.
- La formation BF1 pour deux encadrants de marche nordique, à Petit-Couronne les 21 et 22 avril
- La sortie club : traversée de la baie de Saint Brieuc (2 juin ; trail 14 km, 20 km, 34 km, MN 14 km, marche non chrono 8 et 16 km ; gîte Le Colombier, d'une capacité de 30 couchages, réservé ; 37 participants recensés au soir de l'AG, après le désistement de Lionel et son épouse)
- La Transbaie de Somme (le 17 juin)
- Le Trek au Maroc organisé du 26 septembre au 06 octobre par Jean-Pierre Lemonnier, auquel 21 membres de l'association participeront
- Les 32èmes Foulées de Præaux (le 14 octobre)
- Le repas club au Pratelli (le samedi 24 novembre)
- Le Téléthon (7 et 8 décembre sans doute)

Avant de clôturer l'AG, Monsieur Legeard félicite le club pour son engagement, et remet à Jean-Luc, son président, la médaille de bronze de la FNSMR, sous les applaudissements.

Jean-Luc clôture l'AG à 21h15 en invitant les membres à l'apéro-dinatoire qui sera suivi de la traditionnelle galette des rois.

Laëtitia Bailly,

Jean-Luc Taquet,

Secrétaire

Président