

Procès-Verbal

Assemblée Générale Ordinaire 2022-2023 des Fort'iches du Lauragais

Date : Mercredi 05 Octobre 2022 – 20h30

Lieu : Salle de l'Orangerie, Ayguesvives

Présents :

- Membres du bureau 2021-2022 : Thierry Dejean (président), François Loconte, Guillaume Fouquet, Cyril Zarevac, Pascal Martin, Christine Martin, Sylvain Faure,
- Coachs 2022-2023 : Céline Ferrer, Arnaud Larripa,
- Adhérent(e)s 2022-2023 : 25 présent(e)s.

Excusés :

- Jean-Baptiste Crampes (trésorier 2021-2022, coach 2022-2023), Laurent Parent (secrétaire 2021-2022, coach 2021-2022).

Ordre du jour :

- **Présentation du club**
- **Bilan de la saison 2021-2022**
- **Election du bureau 2022-2023**
- **Saison 2022-2023**
 - o Organisation du club,
 - o Sponsoring,
 - o Communication,
 - o Activités proposées,
 - o Événements organisés.
- **Questions et réponses**

Présentation du club

- Salutations et bienvenue aux nouveaux et anciens membres :
 - o présentation de l'agenda de l'assemblée générale,
 - o présentation des membres du bureaux et des coaches aux nouveaux adhérents,
 - o présentation des Fort'iches du Lauragais au sein de l'ASA (Association Sportive Ayguesvivoise) : section course à pied.
- Remerciements aux coachs pour leur engagement tout au long de l'année. Rappel : les coachs sont tous bénévoles et ont été présents pour tous les entraînements. Pensée pour Laurent qui a décidé d'arrêter après cinq années de loyaux services.

Saison 2021-2022

● Bilan moral

- Démarrage de la saison 2021 « compliqué » avec la crise sanitaire. Mais l'engouement des Fort'iches a été présent avec plus de 100 adhérents. Les entraînements ont toujours été maintenus pendant la crise, seul l'événement du Téléthon a été adapté.
- Le club a offert l'adhésion à tous les membres de la saison 2020-2021, fortement impactée par le Covid.
- Organisation de nombreux événements internes qui ont beaucoup plus : relais d'intégration des nouveaux Fort'iches en octobre, préparation de l'aligot au marché de Noël (avec les Petits Piétons), barbecue de fin d'année en juin.
- Nouveauté : deux entraînements communs avec le club d'Escalquens : BPBO (Bon Pied Bon Œil). Une belle réussite, à continuer.
- Une communication plus efficace avec Facebook (posts), le site Internet (articles) et les canaux WhatsApp pour le quotidien.
- Des nouveaux maillots avec un nouveau design (dominante de blanc).

● Bilan sportif

- Bel engouement aux différents entraînements, avec un réel succès pour les lundis et jeudis. Un peu moins de monde les mardis et mercredis, d'où quelques changements à venir cette année.
- Des Fort'iches en nombre sur les courses locales. Le club commence à être reconnu dans le milieu de la course à pied toulousain. Une vraie réussite pour le challenge interne : 38 Fort'iches au TBZ, 28 Fort'iches à l'Escapade d'Escalquens, 23 Fort'iches à la Ronde du Chardon. Sur ces trois courses, le club remporte le trophée de l'association la plus représentée.
- Bravo à tous ceux qui ont fait leur 1ère course cette année. C'est une vraie fierté pour le club.
- Bravo à nos « champions » qui ont fait de nombreux podiums.
- Bravo à nos « machines » : on retrouve régulièrement des Fortiches sur des ultra-trails (Mont-Blanc, UltrAriège), des marathons (Paris et ailleurs), des IronMan ou Half-IronMan (Embrun, Altriman).

● **Bilan de la course du Fort'iche 2022**

- Le club a voulu mieux structurer la course : chronométrage par puces (Chrono-Start), communication plus efficace (Running Mag, Facebook, Instagram, panneaux au bord du canal, etc...), « régularisation » des catégories d'âge, retrait des dossards la veille de la course.
- Une édition record : 258 partants (146 sur le 11 km, 112 sur le 5 km). Des retours très positifs des nombreux participants (ambiance, parcours, bénévoles sympas).
- L'animation des Pitchouns a encore été une réussite (125 enfants de moins de 10 ans).
- Nouveauté avec les courses 10/13 ans. Format qui a plu et prometteur avec 50 pré-ados présents (35 sur 1.5 km, 15 sur le 3 km).
- Merci à tous les bénévoles qui se sont impliqués avant, pendant et après la course.
- Seul regret : ne pas avoir pu proposer un 15 km (passage non autorisé sur des propriétés privées).

● **Bilan financier de l'exercice 2021-2022**

- Le club est en bonne santé financière, ce qui permet d'être serein sur l'avenir de l'association.
 - o Compte au début de l'exercice : 11 800 €,
 - o Dépenses : 10 300€,
 - o Recettes : 11 900 €,
 - o Compte à la fin de l'exercice : 13 400 €.
 - Le bilan financier de la course du Fort'iche a été positif pour la première fois depuis la création de l'événement.
 - o Dépenses de la course : 3 100 €,
 - o Recette de la course : 3 750 €, dont 1 500 € de sponsoring.
- Note : +1 000€ de dons qui seront versés sur l'exercice 2022-2023.

Elections du bureau 2022-2023

- Démission du bureau 2021-2022 : Thierry Dejean (président), Jean-Baptiste Crampes (trésorier), Laurent Parent (secrétaire), François Loconte, Guillaume Fouquet, Cyril Zarevac, Pascal Martin, Christine Martin, Sylvain Faure.
- Tous les membres du bureau 2021-2022 se représentent au bureau 2022-2023, sauf Laurent Parent (secrétaire) et Guillaume Fouquet. Un grand merci à eux pour leur implication ces dernières années. Deux nouveaux membres souhaitent intégrer le bureau 2022-2023 : Anthony Michon et Frédéric Servian
- Election à main levée du bureau 2022-2023, le bureau a été élu à l'unanimité par les adhérents présents : Thierry Dejean (président), Jean-Baptiste Crampes (trésorier), Sylvain Faure (secrétaire), François Loconte, Cyril Zarevac, Pascal Martin, Christine Martin, Anthony Michon, Frédéric Servian.

Saison 2022-2023 – Organisation

- Un mois de découverte a été proposé aux nouveaux adhérents en septembre 2022. A partir du lundi 10 octobre, il faut être adhérent à l'association pour participer aux entraînements (cotisation et certificat médical). L'adhésion au club est au même tarif (50 €) que les années précédentes : Si on souhaite prendre la licence FFA Athlé Running, l'adhésion est de 96 €.

- Avec le départ de Laurent (coach du mardi), il a été décidé de modifier les entraînements :
 - o Lundi et jeudi : inchangé, avec Arnaud et Jean-Baptiste,
 - o Mardi : création d'une créneau spécifique débutants avec Céline.

- Les entraînements s'arrêtent vers mi-juillet. Ils sont maintenus pendant les différentes vacances scolaires.

- Des tests VMA seront proposés en début de saison et fin de saison. Ces tests permettent aux adhérents de mesurer leur progression, et de pouvoir adapter la vitesse et l'intensité des exercices proposés.

- Souhait de redynamiser la sortie du dimanche, en proposant des sorties « pour toutes et pour tous » à 9h, sur des parcours locaux.

- Toutes les infos détaillées : <https://lesfortichedulauragais.com/nous-rejoindre/>

Saison 2022-2023 – Sponsoring

- Le partenaire principal des Fort'iches est Intersport Labège qui propose toute l'année des chèques de réduction ainsi que des invitations à des événements (ventes privées). C'est également un sponsor majeur de la course du Fort'iche avec la mise à disposition de matériels et cadeaux.

- C'est auprès d'Intersport Labège que la commande des tenues des Fort'iches est passée chaque année (maillots, débardeurs, tours de cou, manchettes, etc...). La commande 2023 sera passée courant janvier pour une réception au printemps. Le club participe à l'achat de tenues (montant à déterminer).

- D'autres accords de sponsoring sont en cours de négociation. Il faudra présenter la carte d'adhérent des Fort'iches pour en profiter . Merci d'attendre le feu vert du bureau pour en profiter.

- o Nike (Nailloux), réduction de XX % au passage en caisse,
- o Challunka (Portet-sur-Garonne), réduction de XX % au passage en caisse,

- La mairie aide aussi financièrement l'association par les subventions attribuées à l'ASA.

Saison 2022-2023 –Communication

- **Site Internet** : <https://lesfortichedulauragais.com/>

A connaître absolument ! On y trouve toutes les infos sur le club : entraînements, course du Fort'iche, challenge du Fort'iche, etc... Des articles sur l'actualité du club sont publiés régulièrement : événements internes, participations aux courses, infos pratiques.

Toute idée d'articles ou d'améliorations est la bienvenue : faites-vous connaître !

- **2 groupes WhatsApp** :

- o « *Les Fortiches (course)* » : dédié aux infos liées à la vie du club (entraînements, événements, courses, etc...). L'intégration au groupe est faite par le bureau lors de l'adhésion au club.

- o « *Les Fortiches (détente)* » : pour échanger des potins sur Ayguesvives, du prêt de matériel, etc...
L'inscription est optionnelle via le lien : <https://chat.whatsapp.com/BMCKWgFTOHmGmFUD9vsQeq>

- **Page Facebook** : <https://www.facebook.com/LesFortichesDuLauragais>

- **E-Mails** :

- o A l'adhésion au club, ajout à la « mailing list » des Fort'iches. Contacter le bureau pour être désinscrit.
- o Mail de contact du club : lesfortichedulauragais@gmail.com

- **Instagram** : <https://www.instagram.com/fortiches31/>

- **Strava, page club** : <https://www.strava.com/clubs/228319>

Saison 2022-2023 – Activités proposées

- **Samedi 15 octobre : relais d'intégration des nouveaux Fort'iches**

Rendez-vous le samedi matin au niveau du parc de la mairie pour un relais ludique entre anciens et nouveaux. L'objectif est de faire connaissance entre membres du club. Quelques surprises également au programme. On finit par « une auberge espagnole » où on peut venir en famille.

Pour s'inscrire: <https://doodle.com/meeting/participate/id/eE9gg5le>

- **Week-end du 18 et 19 février : semi-marathon de Barcelone**

Départ le vendredi en fin d'après-midi pour Barcelone. Week-end festif et sympa, souvent en famille, qui se conclut avec le semi-marathon de Barcelone le dimanche. Le samedi est consacré à des visites touristiques. C'est aussi l'occasion d'accompagner et d'aider des Fort'iches à réussir leur premier semi.

- **Pentecôte (27, 28 et 29 mai) : week-end montagne**

Idée lancée par Coach Arnaud qui souhaite organiser un week-end sportif et ludique dans les Pyrénées. Entre temps libre en famille et activités sportives (pour tous les niveaux) : randonnées, trails, vtt, escalade, etc... Hébergement en cours de recherche, le club pourra participer financièrement au week-end.

- **Mi-juin : barbecue de fin d'année**

Bien finir l'année avec le traditionnel barbecue et apéritif offert par le club. Avec la remise des récompenses du challenge du Fort'iche.

- **De novembre à juin : challenge du Fort'iche**

L'idée est de participer en nombre à différentes courses toute au long de l'année, en privilégiant les événements locaux et festifs (dans l'esprit Fort'iche). On veut voir des maillots rouges et blancs partout ! C'est aussi souvent l'occasion d'enfiler son premier dossard pour les débutants.

Pour plus de fun, un challenge interne est organisé pour gagner de beaux cadeaux en fonction des participations et résultats. Les sept courses sélectionnées (environ une par mois) :

- o *Trail de Baziège* le dimanche 06 novembre,
- o *La Ronde des Éoliennes* à Roumens le dimanche 11 décembre,

- o *L'Escapade d'Escalquens* le dimanche 12 février,
- o *Cour'SLA pied* à Noueilles le dimanche 26 mars,
- o *La Ronde du Chardon* à Montgiscard le dimanche 16 avril (à confirmer),
- o *Le Challenge pour le Souvenir et la Paix* à Pompertuzat le lundi 8 mai (à confirmer),
- o *Le BisCoteaux Trail* à Vigoulet-Auzil le dimanche 11 juin (à confirmer).

Pour tout savoir : <https://lesfortichedulauragais.com/challenge-du-fortiche-2023/>

- **Et aussi ...**

Des événements plus ponctuels comme des entraînements avec les clubs voisins (Bon Pied Bon Œil), des « entraînements pique-nique » au lac de Nailloux, etc.... N'hésitez pas à proposer vos idées !

Saison 2022-2023 – Événements organisés

- **Dimanche 20 novembre : journée internationale des droits des enfants**

Possibilité d'organiser une course enfants pour la journée internationale des droits des enfants A définir avec la mairie qui organise cette journée le 20 novembre sur Ayguesvives, en partenariat avec l'UNICEF.

- **Week-end du 02-03 décembre : 24h du Téléthon**

A travailler avec la mairie et les autres associations d'Ayguesvives. Le principe est simple : il suffit de marcher ou courir entre samedi midi et dimanche midi, sur un parcours d'environ 4 km. Un départ est donné toutes les heures devant la salle ASA (12h00, 13h00, 14h00, etc...). Chaque participant, qu'il coure ou marche sur un ou plusieurs créneaux, fait un don entièrement reversé au Téléthon. Record à battre : 1945 km en 2019.

D'autres activités sont également à l'étude : courses enfants, lâcher de lanternes.

- **Marché de Noël 2022**

Les Fort'iches s'occupent traditionnellement de l'aligot avec l'association Les Petits Piétons.

- **Samedi 02 septembre 2023 : 7^{ème} course du Fort'iche**

L'événement phare de l'année. Comme le veut la tradition, la course ouvre le week-end de la fête locale du village. L'aide de l'ensemble des adhérents est nécessaire pour l'organisation et la réussite de la course.

- **Toute l'année : aide des autres associations**

L'esprit Fort'iche, c'est aussi aider les autres associations du village lors de l'organisation d'événements. Par exemple pour la Foire du Fort, le festival « Ayguesvives en scène » ; etc...

Conclusion

- Remerciements de la mairie par Sarah Daza. Les « Fort'iches du Lauragais » est une association appréciée du village. Elle anime très bien la vie locale, toujours dans la bonne humeur et avec un esprit d'entraide.

- Questions / Réponses.

- Distribution des cartes d'adhérents.

- Apéritif de clôture.