

GYM MARCHE DU BORN (GMB)

SIREN : 433 554 532 00013

RNA : W 402 000 666

Mairie de Parentis

40160 Parentis-en-Born

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 3 SEPTEMBRE 2025

Ouverture de la Séance

Le Président ouvre la séance.

Le **mercredi 3 septembre 2025**, les membres de l'association **GYM ET MARCHE DU BORN (GMB)** se sont réunis en Assemblée Générale Ordinaire, sur convocation par mail du Président, le **15 Août 2025**. À cette convocation, un pouvoir était joint .

Précédemment, les adhérents avaient été invités à présenter leur candidature à l'élection partielle du Conseil d'administration (à notifier auprès de GMB avant le 15 août).

Les documents suivants ont été remis aux adhérents :

- **Compte exploitation 2024-2025**
- **Bulletin d'adhésion 2025-2026 et questionnaire santé**
- **Programme de reprise d'activité**
- **Bulletin. De vote au CA**

Une feuille d'émargement a été établie et signée par les membres présents, en leur nom propre et en tant que mandataire.

- **Nombre de membres présents : 63**
- **Nombre de membres représentés : 27**
- **Total des membres : 121 adhérents**
- **Soit une participation de 74,38%**

Le quorum étant atteint, les AG peuvent délibérer.

Rapport d'Activité présenté par la Secrétaire Sonia Robert

1) Adhésions

Pour la saison 2024-2025, l'association compte **121 adhérents** :

- **MARCHE** : 70 personnes
 - 41 personnes à la marche
 - 26 personnes à la marche et à la marche nordique
 - 3 personnes à la marche nordique
- **GYM** : 67 personnes
 - 48 personnes inscrites au cours du mardi
 - 50 personnes inscrites au cours du vendredi
 - 31 personnes pratiquant 2 cours par semaine (dont 16 personnes qui font de la GYM et de la MARCHE)

2) Bilan de la Marche

Nous avons effectué **39 marches** avec une fréquentation moyenne de **27 marcheurs** sur une moyenne de **10 km** par sortie.

Précisions : 14 marches longues ont été organisées cette saison.

Sorties à thèmes :

- Marche courte suivie d'un tournoi de boules
- Sortie montagne : le Mondarrain
- Sortie vélos à Cugnes
- Le Téléthon
- San Sebastian (sortie de fin d'année)
- Vieux Boucau
- Marche longue sur le Bassin avec repas dégustation Huîtres
- Marche à Bordeaux avec spectacle "L'Égypte des pharaons" aux Bassins des Lumières
- Marche longue au Pays basque de Socoa à St Jean de Luz
- Sortie vélo à la Dune du Pyla

- LES SEJOURS :

- **Le séjour Hiver à GUCHEN** organisé par Martine et Christian Pouly ont réuni 15 participants du 27/01 au 31/01/2025.
- **Le séjour ETE à Saint Etienne de Baïgorry** organisé par Ginou Ruffé et Sonia Robert ont réuni 35 personnes du 16/06 au 20/06/2025.

3) Bilan de la Marche Nordique

Nous avons effectué **42 marches** avec une fréquentation moyenne de **14 marcheurs** à une moyenne de **7 km** par sortie.

Un grand **MERCI** à tous les animateurs de randonnée et de marche nordique pour leur implication.

4) Bilan de la Gym

Cette saison, un **3ème cours** a été créé le **mardi matin**, à partir du **19 novembre 2024**, permettant d'équilibrer les cours.

Statistiques :

- 61 cours le **mardi** (1 à 8h20, 1 à 9h30) et 35 cours le **vendredi**.

- 1055 participants au cours du mardi avec une moyenne de **17 personnes**.
- 1003 participants au cours du vendredi avec une moyenne de **29 personnes**.

Le Président met au vote l'approbation du rapport d'activité :

Pour : 90

Contre : 0

Abstention : 0

Rapport Financier établi par le Trésorier Michel VALEN et présenté par Jocelyne NOEL

Bonjour à toutes et à tous,

Je vous présente le compte rendu de la saison qui a débuté le **1er septembre 2024** et qui s'est achevée au **31 août dernier**.

Nous constatons de bons résultats concernant nos deux activités : la randonnée et la gymnastique.

- La *rando* dégage un excédent légèrement positif (+273 €) et rentre dans nos prévisions.
- La *gymnastique* enregistre un résultat de (+448 €) tout en assumant une troisième heure de cours.

Ces chiffres seront affinés dans les jours qui suivent car je n'ai pu enregistrer certains frais, comme le salaire d'Alexandra du mois d'août que je recevrai mi-septembre, ainsi que les frais bancaires (9.50 € par principe) et l'acquisition de denrées pour clôturer notre AG.

Mais vous le remarquerez en consultant les documents financiers qui vous ont été remis ; tout cela a été généralement provisionné, ce qui fait que le résultat final variera de quelques euros seulement.

La ligne concernant la mise à disposition gratuite de biens et de prestations correspond aux frais engagés pour des recherches de parcours ou pour des formations, ainsi que le prêt de certaines installations.

La **subvention municipale** a été de **800 €**. J'en profite pour remercier la Mairie pour l'aide financière apportée ainsi que pour la mise à disposition gratuite de locaux (Gym au Dojo et salle de réunion au pôle administratif) afin d'exercer nos activités.

Il est à signaler que l'association a participé financièrement à diverses réjouissances, notamment :

- La galette des rois
- Certaines sorties (Andernos, Güchen)
- Le repas de cohésion de fin d'année sportive

Aujourd'hui, nos disponibilités financières (presque **12000 €**) pour la prochaine saison sont appréciables et doivent permettre d'assurer la pérennité de notre structure.

ME
SR

La **tarification** n'évoluera pas pour cette nouvelle saison. Nos tarifs restent assez bas par rapport à d'autres associations et pourraient être augmentés l'année prochaine.
Il n'en demeure pas moins que notre offre est et restera très compétitive.

Nos prévisions budgétaires restent en accord avec nos ressources et tiennent compte de notre politique dans le domaine du prix des licences.

Voilà, je suis à votre écoute pour de plus amples renseignements et mets à votre disposition tous les documents comptables si vous le souhaitez.
Merci pour votre présence et bonne fin de journée.

PJ : comptes 2024-2025

Le Président met au vote l'approbation du rapport financier :

Pour : 90

Contre : 0

Abstention : 0

Rapport Moral du Président Maurice ETIENNE

Chers amis,

Je suis ravi de vous présenter notre rapport moral. Comme vous l'avez entendu à travers le rapport d'activité de Sonia et le bilan financier annuel, notre association se porte très bien. Cette dynamique positive est le fruit de votre participation active et enthousiaste tout au long de l'année, et je vous en remercie chaleureusement !

Nos trois activités, destinées à nos adhérents seniors, contribuent à maintenir une bonne santé physique et mentale :

Programme de marche-rando

Nous proposons deux modules variables suivant les saisons :

- **Marche courte** : 8 à 10 km à une vitesse de 4 à 4,5 km/h sur des parcours faciles ou modérés.
- **Marche longue** : le matin, 8 à 10 km, suivi de 3 à 5 km l'après-midi après un pique-nique partagé.

Nos marcheurs réguliers constatent de réels progrès au fil des saisons. Pour les plus entraînés, nous organisons des sorties à la journée sur des parcours plus montagneux, ainsi que plusieurs « sorties à thème » tout au long de l'année.

Programme de marche nordique

Chaque session de 1 h 30 à 2 h comprend :

- 75 % de marche

HE
SR

- 25 % d'exercices : échauffement, renforcement musculaire à mi-parcours et étirements en fin de séance.

Les bienfaits de cette activité sont nombreux : elle mobilise 80 % des muscles du corps, améliore la posture et l'équilibre, tout en stimulant le système cardiovasculaire en douceur. Cela constitue une excellente option pour prendre soin de sa santé, dans un cadre convivial et en plein air. Nos animateurs diplômés sont là pour vous guider et proposer des formations adaptées.

Programme de gymnastique

Nous proposons au cours de nos séances du mardi (2) et du vendredi (1) trois types de séances en alternance :

- **GYM** : entretien et renforcement musculaire.
- **PILATES** : travail des muscles profonds et amélioration de la posture dans la douceur.
- **STRETCHING** : étirements, mobilité et entretien des articulations.

Je tiens à exprimer mes plus sincères remerciements à tous les bénévoles, animateurs, membres du Conseil d'administration, et à tous ceux qui consacrent leur temps à l'organisation et au bien-être de notre club.

Mention spéciale :

- Ginou, responsable de la section randonnée, pour son engagement exemplaire et le nombre de randonnées qu'elle a organisées cette année encore.
- Jocelyne et la commission animation, pour l'énergie investie dans nos moments conviviaux.
- Sonia, en charge de la gestion administrative, pour son sérieux et sa disponibilité constante.

Merci également à **Claude, Jacques, Yannick, Mikel, Bernard, Patrick, Sylvie, Olga, Sabine, Jean-Claude, Michel (notre trésorier), Christine, Christian et Martine** pour votre engagement. Un grand bravo à **Philippe** pour l'organisation d'une superbe balade à Bordeaux, très appréciée ! Merci aussi aux **brevetés Croix-Rouge**.

Nous avons eu cette année **121 adhérents** aussi le CA vous propose de modifier le nombre d'adhérents pour le porter à **130 personnes** car nous avons une forte demande pour les cours de Gym. À ce sujet, nous demandons à la Mairie de voir s'il est possible d'avoir un créneau supplémentaire le **vendredi matin de 8h30 à 9h30**, créneau qui semble non utilisé à ce jour. Avec **4 séances de Gym**, nous répondrions mieux à la demande des seniors parentissois pour qui ces cours sont essentiels.

Projets et Perspectives

Pour cette nouvelle saison, plusieurs projets sont en cours :

- Lancement de la campagne de réadhésion avec des tarifs maintenus, parmi les plus accessibles.
- Suppression de la demande du certificat médical pour les ré-adhésions, sauf en cas de changement d'état de santé. Un questionnaire de santé sera à remplir et conservé sous votre responsabilité.
- Reprise des activités de gymnastique et de marche cette semaine, avec l'ouverture espérée d'un quatrième cours de gymnastique cet automne.

- Poursuivre nos participations aux activités initiées par la Ville de Parentis : Forum des Associations, Fête des sports, Téléthon, Parendix, Octobre rose, etc...

Nous avons également initié un programme de formation pour de nouveaux animateurs de marche locale. Six d'entre eux ont validé leur PSC1 avec la Croix-Rouge et certains sont en cours de formation, ce qui promet un bel avenir pour notre encadrement.

Activités à Venir

- **Sortie du 18 décembre 2026** : direction Dancharia pour un après-midi « Cabaret » avec repas et traditionnelles « ventas ».
- **Commission randonnée** : plusieurs grandes sorties prévues en montagne, sur le littoral du bassin et dans le Sud-Landes.
- **Séjour annuel en juin à Coulon** : 5 jours/4 nuits avec un hébergement confortable en bungalows de deux ou trois chambres, au sein du **Marais Poitevin**
- **Sorties vélo** : pour favoriser le lien entre les groupes gymnastique et marche.
- **Repas de fin d'année** : ouvert à tous sans limitation de nombre.

En conclusion, je suis fier et optimiste pour l'avenir de notre club. Grâce à vous, nous créons un espace de santé, de rencontres et de convivialité. Continuons ensemble à le faire vivre !
Merci à toutes et à tous.

Vote de Proposition

Je mets donc aux voix la proposition du CA : « le nombre maximum d'adhérents est porté à **130**. »

- **NON : 0**
- **Abstention : 0**
- **Oui : 90**

Le Président déclare que l'Assemblée Générale est close à *11 heures* et invite les participants à participer à l'élection partielle du CA.

Fait à Parentis le **3 septembre 2025**

Le Président : Maurice ETIENNE



La secrétaire : Sonia ROBERT

