

**CLUB DE TRIATHLON DE SAINT REMY LES CHEVREUSE**

**TSR78**

-----  
-----  
-----  
-----

**COMPTE RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE**

**Du 24 NOVEMBRE 2001**

-----

**Ancienne Mairie Place de la Gare**

L'assemblée générale s'est tenue avec l'ordre du jour suivant :

- ? Modification de l'article 3 des statuts du Club concernant l'adresse de notre association
- ? Démissions de la trésorière et du secrétaire actuels
- ? Présentation de l'organisation de l'entraînement et du stage de Pâques
- ? Questions et suggestions diverses
- ? Présentations et essayages des vêtements

Tout d'abord Jean-Marie souhaite la bienvenue à toute l'assemblée et remercie tout le monde de la forte participation de ce soir. En effet, sur 47 licenciés au TSR78, 32 personnes sont ici présentes. Il ajoute qu'il est très important de se retrouver nombreux à ce genre de manifestations qui favorise la vie du Club et permet d'y donner nos idées et nos impressions.

### **POINT N° 1**

L'adresse de notre Association dans les Statuts du Club est actuellement comme suit :

- Siège Social : Mairie de ST Rémy les Chevreuse
- Siège Social Provisoire : Claude Rozotte (le Président) à St Rémy Les Chevreuse

Jean-Marie propose que l'on soumette à la Préfecture les changements suivants :

- Siège Social : Mairie de ST Rémy les Chevreuse
- Contact chez le Président et/ou la trésorière et la secrétaire

je te propose de supprimer ce paragraphe qui est juste mais comme on envoie le CR à la mairie, il ne faut pas que cela apparaisse.

D'autre part, Claude demande s'il n'est pas nécessaire de faire changer l'article N°8 des statuts du Club. Jean-Marie répond qu'il posera la question à la Préfecture.

En conclusion, Jean-Marie fait voter l'assemblée qui ne s'oppose en rien à cette nouvelle formulation de l'article 3 qui est adoptée à l'unanimité.

**Hors AG** : un groupe de travail va être organisé pour réviser les statuts du club et prendre en compte les modifications réglementaires. Toutes les personnes intéressées sont priées de contacter Jean-Marie avant le 15 janvier 2002 .

### **POINT N° 2**

Santina Rozotte et Daniel Menessier désirant quitter le Bureau, Nathalie Gaucher en tant que Trésorière et Eliane Martin en tant que Secrétaire, qui étaient précédemment adjointes aux élus, se présentent. Jean Marie demande l'accord pour cette succession au Conseil d'Administration.

Michel Vergnaud indique que ce n'est pas lors de l'Assemblée Générale que l'on vote les membres du Comité mais que c'est le Bureau qui décide. Jean Marie précise qu'il voulait juste en informer l'Assemblée et demande par la même occasion s'il y a des volontaires pour s'intégrer au nouveau Comité Directeur. Personne ne désire s'y intégrer.

### POINT N° 3

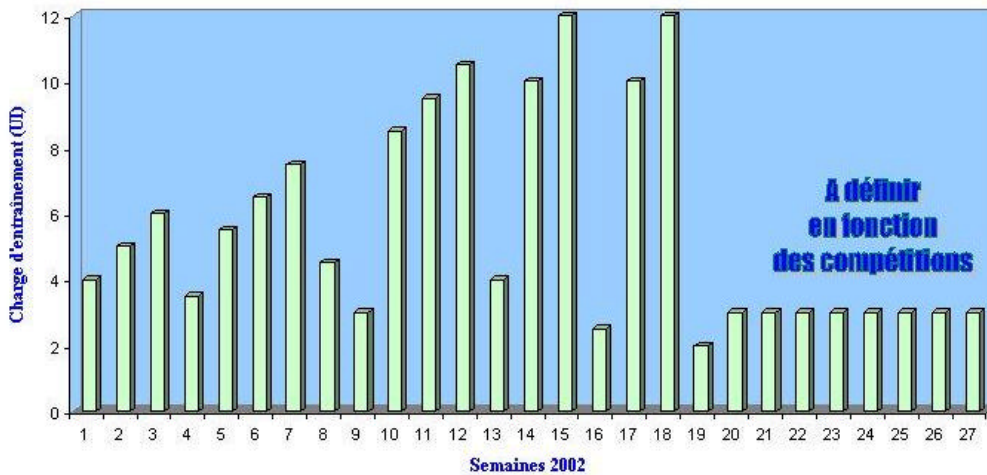
La parole est donnée à Daniel Turbiaux quant à l'organisation de l'entraînement général pour la saison à venir.

Des cycles d'entraînements seront proposés selon les périodes de post ou pré compétitions.(CF graphique et tableau).

	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4
Natation	++++	++	++	+
Course à pied	++	++++	++	+
Vélo	++	++	++++	+

Le nombre de croix représente l'intensité relative des séances dans chaque sport pour chaque semaine.

Evolution de la charge d'entraînement au cours de l'année



Les microcycles sont intégrés dans un plan général d'entraînement qui se déroule sur toute l'année. Ce système sera mis en place à partir de janvier 2002

Il informe que Philippe Le flochmoen se porte volontaire pour accompagner un groupe le samedi après-midi "spécial femmes et débutants" ou autres désirant rouler à une allure plus modérée. Mais pour cela bien sûr il faut qu'il y ait suffisamment de participants ponctuels et réguliers. Il faut se faire connaître auprès de Philippe pour lancer cette activité au plus tôt.

Pour en terminer avec la partie Vélo, Daniel insiste sur la sécurité lors des sorties et dit qu'il est important d'être très prudents et de respecter les règles en groupe, que vous êtes bien sûr tous censés connaître.

Jean Marie prend la parole aux noms de Bruno & Franck qu'ils nous demande de bien vouloir excuser pour leur absence.

Il pense que pour la Natation, les plans d'entraînements mensuels établis par Sébastien, et mis en application et adaptés par Franck, ont favorisé la communication qui était quasiment inexistante ce qui est un plus .

En ce qui concerne la course à pied, il précise qu'en plus du mardi soir à Elancourt, une nouvelle séance aura lieu le jeudi soir à 19H30 (début le 06.12.01) au Parc de Chevreuse, animée par Christian MARTIN & Philippe LE FLOCHMOEN.

Elle se pratiquera selon des plans d'entraînements établis par Bruno. Les séances du Mardi seront plus basées sur la VMA celles du Jeudi seront plus un travail de Seuil/Endurance/Récupération.

Il est à noté également qu'une fois toutes les 4 semaines, Philippe nous invite à des séances d'abdominaux, fessiers et dorsaux au gymnase de Bures sur Yvette, venez nombreux.

Jean-Marie souligne que pour le mardi, il serait bon de développer le système de co-voiturage existant déjà pour les personnes ne désirant pas se rendre seules ou ne pouvant se rendre à Elancourt. Il est souhaitable de se regrouper, aussi, n'hésitez pas, transmettez votre demande sur le site «FORUM » ou , si vous n'avez pas d'accès informatique, faites-vous connaître en téléphonant aux habitués du mardi soir ou aux membres du Bureau.

Il est également à noter que vous pourrez consulter sur le site tous les petits récits des entraîneurs concernant les cycles d'entraînements. Pour les non-surfeurs, toutes ces informations seront à votre disposition à la piscine sur le panneau d'affichage en liège de la salle des maîtres nageurs (entrée du matin).

Enfin, pour garder une bonne forme physique et surtout respecter la phase de récupération, Jean-Marie souligne qu'il est recommandé à tous de respecter un rythme de 15 jours entre chaque compétition.

Jean-Marie nous donne des informations sur le stage de Pâques qui se déroulera les 30, 31 mars et 1<sup>er</sup> avril 2002. Il se composera des 3 activités par jour avec une organisation à prévoir quant à ces déroulements. Si vous avez des idées ou suggestions pour cette manifestation, elles sont les bienvenues.

A l'issue de celle-ci, il sera programmé une Pasta-Party (avec petite participation), les bénévoles seront les également les bienvenus .

#### **POINT N° 4** Questions et suggestions diverses.

Jean-Marie passe la parole à Michel Vergnaud qui confirme bien vouloir continuer à gérer la communication comme il le fait à présent c'est à dire avec toutes les libertés que cela nécessite. Le «Petit écho» doit être le journal du club. Sa rédaction doit appartenir aux membres du Club et non pas au Président ou au bureau.

Il demande également une plus forte participation quant à la rédaction de notre journal "Le Petit Echo" ; ce journal est à nous tous, et tout ce que vous faites nous intéresse, nous avons besoin de vos idées, vos commentaires, des récits de vos courses et compétitions, alors Mesdames & Messieurs, "à vos plumes", il faut faire vivre "Le Petit Echo" au maximum. Il peut s'occuper seul de la mise en page et ne peut pas le faire vivre seul.

Pascal Gaucher à son tour indique qu'il serait bien de faire vivre le site en l'informant de toutes les manifestations à venir auxquelles vous participerez. Ainsi, il sera plus facile de se regrouper pour les déplacements et de se retrouver sur les compétitions. Indiquez également les compétitions sympas.

C'est Gérard Lutin qui conclut maintenant en nous précisant qu'il est le doyen du Club (alors Bravo!) Il parle au nom du Cyclotourisme qu'il pratique également, il recherche désespérément des bonnes âmes pour aider son Club à encadrer les jeunes, et peut-être futurs triathlètes, qui sont de plus en plus nombreux lors des sorties vélos du samedi après-midi. Jean Marie propose de faire un appel dans le Petit Echo.

## **POINT N° 5**

Un imprimé est distribué regroupant tous les articles pouvant être commandés, chacun à la possibilité de voir les articles en question et de les essayer. Il vous est demandé de remettre votre commande accompagnée du chèque correspondant avant le 15.12.2001 à Pascal & Nathalie Gaucher.

### **PARTICIPANTS A L'ASSEMBLEE GENERALE**

Supprimé : ¶

— Saut de page —

ANDRIEUX Philippe  
BAGLAN Nicolas  
BIENVENU François  
BOURENS Damien  
BOUVARD Tristan  
CHATELIN Valérie & Bernard  
DEAUVIAU Rolland  
DENIZON Daniel  
DUPUY Mathieu  
ETIENNE Annie & Alain  
FAUQUANT Jean Marie  
FERRE Thérèse  
FERRE Fabien  
FOUAL Alain  
GAUCHER Pascal et Nathalie  
GRASTEAU Patricia  
GUIGNEU Jean France  
JULLIEN Jean Claude  
JULLIEN Yohan  
LAMIC Jacques  
LECUYER Vincent  
LE FLOCHMOEN Philippe  
LUTIN Gérard  
MARTIN Christian et Eliane  
MARTIN Patrick  
ROZOTTE Claude  
VERGNAUD Michel  
WYSOCKI Marc

**Absents excusés**

LAHITTE FRANCK  
LIEVRE MARC  
MENNESSIER DANIEL  
MARRET Olivier  
MARECHAL BRUNO  
REGNIER Christian