****

**SO HOUILLES – section ATHLETISME**

**Compte-rendu de la réunion de bureau du 16/01/2023**

**Présents**: Alix, Simon, Fabrice, Jean-Pierre, Sébastien, Marc, Pascal, Michel, Odile, Sylvie, André, Bruno, Simon, Nicolas T, Denis M

**Excusés ou absents** : Charline, Emilie, Sabrina, Sophie, Pippa

Tour d’abord belle année 2023 à toutes et à Tous, tant dans vos projets personnels que dans les projets de notre section.et ils sont nombreux !!!

Bienvenu à André ROUSSEL, qui remplacera Sophie au poste de trésorier.

**Point sur les AG SOH et la première réunion du comité directeur des SOH (11 sections) (Sébastien/Pascal/ Jean Pierre)**

L’AG s’est bien déroulée avec les synthèses « synthétiques » !! de chaque section qui ont été appréciées. Le problème du bénévolat est prégnant dans chaque section mais la section athlétisme est à ce jour un peu épargnée mais il faut « entretenir la flamme » !!.

Succession de Jean Pierre à la tête des SOH, toujours pas de successeur en vue, il faut dire que le poste est d’envergure.

**Retours des différents groupes**

**EA/PO** (Odile) : 85 enfants, 15 encadrants, RAS

**Marche du mardi matin** (Odile) : 30 personnes, 9 km par sortie. Il faut penser à les associer dans la communication du club (souvent des anciens licenciés) pour que l’on puisse leur faire prendre une adhésion et les intéresser lors des animations proposées.

**BE/MI** (Sylvie) : 44 enfants avec une quasi parité F/G

Encadrants : Bruno, Vincent, Valentin, Philippo, Michel, Sylvie mais Vincent et Valentin ne sont plus dispo à 100% ;

une recherche d’encadrant bénévole est en cours mais sans succès jusqu‘à présent. Si un recrutement salarié est envisagé il faut la couverture financière (subvention ? augmentation des cotisations ?..)

Besoin en matériel : 3 à 4 médecine ball de 2 kg, des lattes de remplacement (au moins 10) pour les haies EPS (1m) et 1 échelle de rythme.

**A noter la très bonne participation des benjamins(es)** au 1et tour de triathlon en salle à Trappes le 13 novembre 2022 avec 7 benjamines et 15 benjamins.

Le 2e tour aura lieu le 29 janvier à Versailles et pour les mieux classés sur les 2 tours une finale se déroulera le 19 mars dans la très belle salle de Val De Reuil.

**Groupe Jimmy :** « En ce qui concerne mon groupe d’entraînement, que ce soit pour le groupe minime et le groupe des plus grands ça se passe plutôt bien, même si je suis très limite pour m’occuper de tout le monde (parfois plus de 25 personnes à gérer).

Donc pour le futur il faudrait que je ne puisse gérer que le groupe compétition.

En ce qui concerne les compétitions, il est trop tôt pour dresser un bilan, d’abord parce qu’il y a eu et il y a trop peu de compétition l’hiver et d’autre part il y a trop d’aléas climatiques pour je puisse garantir des résultats.

Pour les Minimes, la première compétition s’est bien passée, à part pour Mathis qui a malheureusement trop mordu de sauts.

Pour les plus grands, les départementaux étaient corrects mais en deçà de mes attentes pour certains.

En ce qui concerne le matériel j’aimerais acheter des câbles et sangles (harnais) pour faire de la survitesse, je cherche et j’en dirais plus prochainement.

Pour le stage club ou groupe, pourquoi pas mais pas trop long car vu que je suis à mon compte je ne peux pas me permettre de faire trop long ».

**Groupe Laurent** : « Comme convenu je fais un petit écrit sur le groupe des jeunes demi-fondeurs du club.
Effectif :
Nous avons cette année étoffé notre groupe avec l'arrivée de quelques nouveaux. Nous sommes actuellement 22 dont 4 nouveaux arrivants.
Ci-joint la liste par catégorie
2 minimes filles : Lamia et Adèle
5 minimes garçons : Bruno, Romain, Arthur, Lucas et Oihan
2 cadettes : Gabrielle et Milla
2 cadets :Théo et Noah
2 juniors filles : Dounia et Eléonore
3 juniors garçons : Zak, Damien et Baptiste
2 espoirs hommes : Nathan et Valentin
1 espoir femme : Mathilde
1 senior femme : Gabrielle
1 senior homme : Thomas
Début de saison :
Les jeunes dans l'ensemble ont fait une très belle entame de saison. **4 athlètes ont participé au championnat de France de 5km à Albi** (Théo, Baptiste, Gabrielle et Dounia), **7 athlètes sont actuellement qualifiés pour les championnats de France de 10km organisés à Houilles** (Noah, Théo, Dounia, Eléonore, Baptiste, Mathilde, Gabrielle).
**3 athlètes ont été champions aux départementaux sur le 10km de Maisons-**Laffitte (Baptiste, Dounia, Gabrielle).
Concernant le cross départemental, hier (15 janvier), nous étions 14 au départ et 11 se sont qualifiés pour les régionaux.
**Objectifs :**
Différents objectifs me semblent importants et à garder chaque année
1) Garder un maximum d'athlètes en instaurant une bonne cohésion de groupe.
2) Accompagner chaque jeune afin qu'il soit autonome à l'entraînement et en compétition
3) Arriver au LIFA de cross avec 11 athlètes. Si 3 ou 4 athlètes se qualifient pour les France de cross ça serait un beau résultat pour le club.
4) Accompagner les nouveaux athlètes dans la découverte des distances pour la piste et Accompagner les plus expérimentés afin qu'ils battent leurs records personnels. Si en fin de saison, nous arrivons à avoir 2 qualifiés aux France sur piste, ça serait très bien.
**Stage:**
Nous essaierons d'organiser un stage durant les vacances d'avril. Ce stage permettra de se préparer au mieux pour les compétitions sur piste mais également de souder encore plus l'ensemble du club et ses différentes disciplines.
Interclubs :
Nous essaierons d'avoir un maximum de jeunes dans l'équipe Interclubs et d'avoir une équipe compétitive afin si possible de monter d'échelon dans les proches années à venir.
Sorties :
Afin d'instaurer une bonne dynamique dans le groupe, nous programmerons un petit évènement chaque trimestre.
1er trimestre sortie pizza
2e trimestre sortie meeting
3e trimestre?
Matériel :
Pourrait-on acheter ces différents matériels?
Mégaphone, chronomètre, élastique, échelle de rythme.

**Groupe Olivia** : « Groupe loisir : Nous sommes entre 10-15 personnes, entre les athlètes juste loisir + les athlètes du Triathlon,Trail, Route.

Bonne ambiance avec toutes catégories mélangées.

A voir pour participer à la course du club.

Point matériel : il faudrait des tapis qui peuvent s’adapter dehors et assez épais. (Prévoir leur rangement adéquat)

Objectif du groupe : rester dans une bonne ambiance tout en préparant les athlètes aux mieux pour les courses. »

**Groupe Mohamed :**

-Inscrits 2022/23 : 74 adultes dont 46 femmes

17 Nx adhérents pour 2022/2023 (à vérifier)

Tx de fréquentation par séance sur T4 2022 : 34,7 personnes

-**Bilan adultes :**

18 RP sur le T4 2022

Pour l’instant, 20 qualifiés aux championnats de France de 10kms

**1 titre de championne de France Master et un titre de vice-championne de France pour MMJ**

-Objectifs T1/2023:

Saison de cross

Championnats de France de 10 Kms

**Groupe Trail (Nicolas T):** Calendrier complété avec les courses trail  [CLUB] et qui pourront donc bénéficier d'un remboursement club pour ce 1er semestre 2023.

A noter qu'en janvier, février, mars, nous mettrons 2 ou 3 courses trail mais qui seront hors remboursement [CLUB] et qui ne devraient pas venir en doublon avec d'autres évènements.

Un ultra ( trail du bout du monde ) est mis [CLUB] mais nous organisons aussi des déplacements à l'UTCA ( Bretagne ), Trail du Vulcain ( Massif Central ) et Pilat trail ( Massif du Pilat ).

**Calendrier Running SOH du premier semestre :**

15 janvier  : **Cross département Moissson**
05 Février. : [20 EDITION DES FOULEES MOISSONAISES](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=20+EDITION+DES+FOULEES+MOISSONAISES&v2=11315&v3=05%20F%C3%A9vr%202023&v4=14%20Km&v5=&v6=&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0) (14 Km) ou **Cross région zone ouest**

 19 février**: LIFA Cross**
12 Mars  [6 ET 12 KM DE CARRIERES-SOUS-POISSY](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=6+ET+12+KM+DE+CARRIERES-SOUS-POISSY&v2=11319&v3=12%20Mars%202023&v4=12%20Km%3Cbr%3E6%20Km&v5=6%20Km&v6=&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0) ou **France de Cross**
26 Mars  [CHAMPIONNATS DE FRANCE DU 10 KM](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=CHAMPIONNATS+DE+FRANCE+DU+10+KM&v2=11325&v3=26%20Mars%202023&v4=10%20Km%3Cbr%3E10%20Km%3Cbr%3E10%20Km%3Cbr%3E-&v5=10%20Km&v6=10%20Km&v7=-&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0)
02 Avril   [41EME COURSE DU PRINTEMPS](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=41EME+COURSE+DU+PRINTEMPS&v2=11335&v3=02%20Avril%202023&v4=15%20Km&v5=&v6=&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0) ou Ekiden Montgeron
16 avril   Ekiden Pontault Combault   / [Trail des coteaux de Guerville](https://www.traildescoteauxdeguerville.net/) (15km – 26km )
23 Avril   [RAMBOLI'TRAIL](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=RAMBOLI%27TRAIL&v2=11343&v3=23%20Avril%202023&v4=26%20Km%3Cbr%3E15%20Km%3Cbr%3E10%20Km%3Cbr%3E10%20Km&v5=15%20Km&v6=10%20Km&v7=10%20Km&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0) ou Ronde d'Enghien (3/5/10KM)

1 mai  Trail des portes du Vexin ( 7km - 14km – 27km )
14 Mai    [37EME FOULEE D'AUBERGENVILLE](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=37EME+FOULEE+D%27AUBERGENVILLE&v2=11351&v3=14%20Mai%202023&v4=10%20Km%3Cbr%3E2,1%20Km%3Cbr%3E1,1%20Km&v5=2,1%20Km&v6=1,1%20Km&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0)

 28 mai  Vernoli’trail ( 59km – 33km – 18km – 9km )
04 Juin   [FOULEES](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=FOULEES+ACHEROISES&v2=11367&v3=04%20Juin%202023&v4=10%20Km%3Cbr%3E5%20Km&v5=5%20Km&v6=&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0)ACHEROISES 10km et 5km ou [LA FOULEE D'ORGERUS](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=LA+FOULEE+D%27ORGERUS&v2=11369&v3=04%20Juin%202023&v4=15%20Km%3Cbr%3E12,5%20Km%3Cbr%3E1,5%20Km%3Cbr%3E-&v5=12,5%20Km&v6=1,5%20Km&v7=-&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0)15 Km, 12,5 Km

 Course club : 11/06 Mara-Trail de marne et Gondoire  ou 18/06 Weekend du Vieux lavoir.

 25 juin [FOULEE ROYALE](http://www.cdchs78.org/Yvelines2.php?v1=FOULEE+ROYALE&v2=11381&v3=25%20Juin%202023&v4=10%20Km%3Cbr%3E5%20Km%3Cbr%3E1,5%20Km&v5=5%20Km&v6=1,5%20Km&v7=&v8=&v9=&v10=&v11=&v12=&v13=&v14=&v15=&v16=r%25&v17=&v18=0)10 Km et 5km où TRAIL des 4 piliers ( 29km – 12km )

 8/9 juillet   TRAIL du bout du monde Finistère ( 57km – 37km – 20km )

**A noter** la participation de 13 personnes **au stage de ski de fond à Bessans** encadré par Bruno et Denis avec la participation de 2 triathlètes. Compte rendu à venir sur le site…de la lecture récréative en perspective malgré le sérieux du stage (à noter une participation de 35 € de la section par licencié athlé)

**Calendrier des courses**

Les courses sont sur Sportmember. Il y a des courses communes route/trail.

Le chalenge départemental n’est pas forcément un objectif du club mais un bon classement permet d’obtenir une gratification toujours appréciable pour les finances de la section.

D’une façon générale il manque des signaleurs sur les courses des championnats, signaleurs qui doivent être fournis par les clubs participants. A ce propos un grand merci à François CRISSOT pour son dévouement sur le cross du dimanche 15 janvier.

Idée  : créer au sein de la section un groupe « d’officiels » (anciens licenciés, licenciés blessés,….) à voir comment les intéresser !!

**Actions à mettre en place pour les sorties et courses club**

L’animation « festive » est un aspect important de la vie du club. Plusieurs actions sont envisageables avec des lots possibles offerts par les partenaires.

-festivités (galette, barbecue, …)

-courses internes (style Etang du Cora la saison passée, St Cucufa, bike and run type Triathlon,…)

-courses externes mixte route/trail

-interclub

MAIS il faut un référent pour lancer l’animation ; il devra bien évidemment être aidé pour la réalisation. Propositions attendues pour la prochaine réunion.

**Point Fast 5000 (par Simon)**

Le FAST 5000 2023 (10 juin) prend de l’importance. Un sponsor international apporte un gros volume financier. Pour supporter le projet, une association type loi 1901 a été créée entre ACM et SOH, ainsi qu’une structure d’organisation.

Le programme comporte une course élite de haut niveau, du 1500m, du 3000 m, une course enfants.

Le SOH est hôte du meeting et en retire une reconnaissance des différentes instances de la FFA, des municipalités de Houilles et Montesson. La section sollicitera ses bénévoles pour aider à l’organisation. Nota : les bénévoles seront équipés par le sponsor.

**Point Tour de Houilles : championnats de France 10 km 26 mars 2023**

L’organisation générale avance bien notamment avec la Mairie. Malheureusement nous n’aurons pas la subvention Région ce qui oblige à serrer les dépenses.

Les points à suivre particulièrement dans l’immédiat :

-différentes réunions en Mairie (Com, aménagement parc Charles De Gaulle…)

-recrutement des bénévoles : estimation de 300 personnes sur le week-end. Un mail a été envoyé récemment : sur 350 mails seuls 25 réponses à ce jour!!! Il convient que chacun recrute autour de soi.

-mesure du parcours

-travaux sur commune de Carrières

**Livret d’accueil (Fabrice)**

En cours de finalisation, il sera mis sur le site.

**Prochaine réunion : lundi 6 mars 19h45 siège**

Denis MOURIGAL