

Septembre, Octobre, Novembre 2011

Le Bulletin d'information de l'US GAZELEC PARIS IdF

L'ASSEMBLEE GENERALE 2011.

L'Assemblée Générale est un moment fort dans la vie d'une association. C'est le moment où les adhérents vont élire les membres du Comité Directeur du club et par cette action ils vont orienter la politique et le fonctionnement du club. Le 17 décembre alors que l'ensemble des adhérents du club sont convoqués à l'AG seulement 31 adhérents étaient présents. Le constat est alarmant car cela montre que les adhérents ne s'intéressent pas ou peu à la vie du club. Déjà les précédentes années, très peu de personnes s'étaient déplacées à l'AG et encore moins se sont proposées pour prendre place au Comité Directeur. En conséquence de quoi de nombreux postes sont restés vacants. Par exemple, en 2011 GAZELEC n'a pas eu de trésorier et secrétaire adjoint, ni de Vice-président. En 2011 de nombreux projets de développement n'ont pas aboutis faute de bénévoles. De plus, Les membres du bureau s'étaient engagés à prendre leur fonction pour deux à quatre ans ce qui veut dire que la saison prochaine ou celle d'après ils devront être remplacés. Mais par qui ? Il faut comprendre que les membres du Comité Directeur sont aussi des adhérents du club comme tout un chacun. Ils payent aussi leur cotisation, s'entraînent, font de la compétition ou participent aux activités de loisir... La seule différence est qu'ils ont décidé à un moment de s'investir et de prendre en main la vie du club. Imaginons donc un moment que cette minorité se comporte aussi comme l'ensemble des adhérents ? Mais nous n'en sommes pas encore là... Il faut savoir que tout adhérent peut encore venir rejoindre le comité directeur. Il est rappelé que chaque adhérent peut aujourd'hui s'informer du fonctionnement du club en téléchargeant les comptes rendu du comité directeur. Faute d'avoir peut-être suscité des vocations, il faut espérer que ces quelques lignes auront eu la vertu d'informer et d'alerter l'ensemble des adhérents du problème.

LA PROGRAMMATION.

Dans la GAZETTE N°57 nous avons vu comment mettre en place la planification de la saison sportive. Nous avons donc déjà identifié un objectif de saison et planifié les différentes compétitions de la saison. Nous allons voir à présent comment programmer le contenu de nos entraînements. Dans un premier temps, il faut comprendre la notion de cycle. Le cycle d'entraînement dure plusieurs mois, il correspond généralement à la saison sportive, un championnat... Le cycle est composé de méso-cycles d'une durée de plusieurs semaines généralement bornés pas des compétitions ou des évaluations. Le méso-cycle est lui-même composé de microcycles d'une semaine. Programmer son entraînement revient à définir le contenu des entraînements à l'intérieur de ces microcycles. Prenons l'exemple, d'un méso-cycle d'une durée de trois semaines placé entre deux compétitions. Durant le premier microcycle, nous allons programmer les entraînements avec une charge intentionnelle faible. Plus couramment nous parlons de séances de récupération ou de « décrassage ». C'est aussi le moment de faire un bilan à froid de la compétition et d'identifier ce qui a fonctionné et ce qui a moins bien fonctionné. Justement nous allons avoir besoin de ce bilan pour ajuster le contenu des entraînements du deuxième microcycle et optimiser des points techniques ou renforcer le physique. Enfin nous terminons par le troisième microcycle où l'intensité et le volume de

la charge serait plutôt faible pour ne pas « se griller » avant la compétition. Nous allons là plutôt programmer des entraînements en vue d'optimiser le mental du compétiteur ou de l'équipe en préparant la stratégie de jeux et de compétition. Encore une fois, ceci est juste un exemple. Il faut simplement retenir la logique de la programmation des entraînements qui vont varier en fonction du bilan et des observations faites au moment de la compétition ou de l'évaluation. De plus, le contenu de la programmation varie aussi en fonction de la période de l'entraînement défini par la planification. En effet, le contenu de la programmation sera différent si nous sommes dans une période de reprise, de développement ou de compétition. En conclusion, nous pouvons dire que la programmation va définir le contenu des entraînements, la programmation se fait toujours deux semaines maximum à l'avance. L'évaluation permet de réadapter la charge en fonction des évolutions. De plus, la programmation se fait toujours au calme en dehors du contexte de la salle, du terrain, de la piste... Cela permet de prendre du recul, d'avoir une analyse libérée des facteurs émotionnels. La prochaine fois, nous verrons le principe de la dynamique des charges.

POINT SUR LES SUBVENTIONS.

Le comité directeur de GAZELEC réuni le 17 novembre 2011 a voté un premier versement des subventions pour la saison sportive 2011/2012. Il a également décidé que seules les sections qui ont envoyé leur demande de subvention en temps et en heures bénéficieraient de ce premier versement. En effet, les présidents de section devaient faire parvenir leur demande de subvention avant le 15 novembre. Le 17 novembre seulement dix sections sur 15 éligibles ont remis leur demande de subvention ! Le CD avait également besoin de ces documents pour faire à son tour la demande de subvention aux CMCAS. Un délai supplémentaire a donc été accordé aux sections à l'issue duquel le dossier de subvention 2012 a été envoyé à la CMCAS Paris. Cependant nous pouvons regretter que 4 sections ne se soient pas manifestées. Enfin il est bien entendu, que les sommes demandées ne seront pas forcément les sommes perçues. Car les CMCAS peuvent ajuster le montant du subventionnement de chaque activité afin harmoniser les tarifs sur l'Ile de France. Les sections doivent donc en tenir compte dans leur gestion financière.

LES BREVES.

Le 27 septembre 2011 dernier, les sections Subaquatique et Tir à l'arc ont été accueillis sur le site de CAP Ampère (Saint Denis) à l'occasion de la journée des associations. Cette action permet de faire connaître notre club aux 3000 salariés du site.

Le 22 novembre 2011, une nouvelle Section a vu le jour, à l'issue de son assemblée générale constitutive, à laquelle ont participé ses membres fondateurs. Son bureau est composé de : Mr Luc DULIZE, président, Mr John SOUDANI, vice-président, Mr Thierry BENHAMOUDI, trésorier, Mr Cédric LIECHTI, trésorier adjoint, Mr Rachid ZARROURI, secrétaire et Mr Éric LAVIGNE, Secrétaire adjoint. Cette Section dénommée « X TREM LAVIGNE TEAM US GAZELEC » a pour objet la pratique et la promotion du Pancrace et Grappling.

Nous avons le regret d'apprendre la disparition de deux collègues : Gérard BEAUJALUT de la section Golf et Jean Michel KLAINE de la section Ancien de l'ANEG. C'est l'ensemble des adhérents qui s'associent aux sections « Golf » et « Ancien de L'ANEG » pour transmettre nos condoléances aux familles de nos deux camarades.

Sections	Taux*
Anciens l'ANEG	18%
Cross	8%
Cyclisme	6%
Foot Ile St-Denis	7%
Foot Landv 93	0%
Golf	3%
Multi-activités	6%
Parachutisme	11%
Philifoot	2%
Subaquatique	4%
Tennis de Table	0%
Tir à l'arc	12%
Voile habitable	5%
Vol moteur	11%
Volley	0%

*Taux de participation :
Nombre de présents à l'AG par rapport au nombre d'adhérents dans la section.

