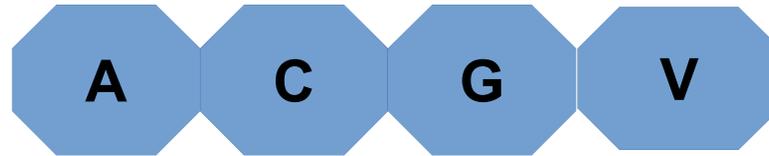


# Association Chazéenne de Gymnastique Volontaire



*Assemblée générale du 16 janvier 2024*

# Bienvenue

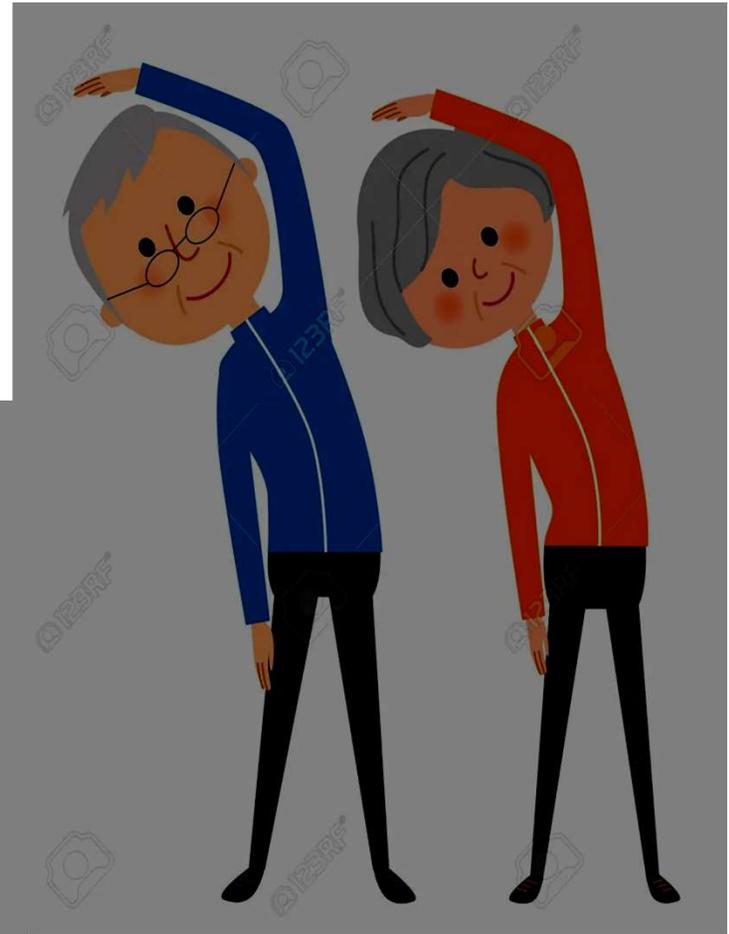
# Ordre du jour

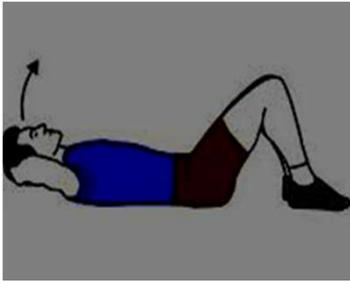
- **Le mot du président**
- **Vie de l'association**
  - *Cours et activités dispensés*
  - *Les adhérents*
  - *Le bureau son fonctionnement*
- **Bilan financier**
- **Budget actualisé**
- **Budget prévisionnel**

# Vie de l'association



# Cours et activités dispensés





**Gymnastique**

**7 h**



**Stretching**

**3 h**



**Gym allégée**

**1 h**



**Yoga**

**3 h 45**

**Par semaine : 21h15**



**Fitness / cardio**

**2 h**



**Pilates**

**3 h**



**Marche active**

**1h30 /semaine**

**2 sessions par an**

# gymnastique

5 à 10 mn de **cardio** en début de séance

un **cours dynamique** d'une heure basée sur le renforcement musculaire qui fait travailler l'ensemble du corps avec ou sans matériel ( cuisses, bras, dos, ...)

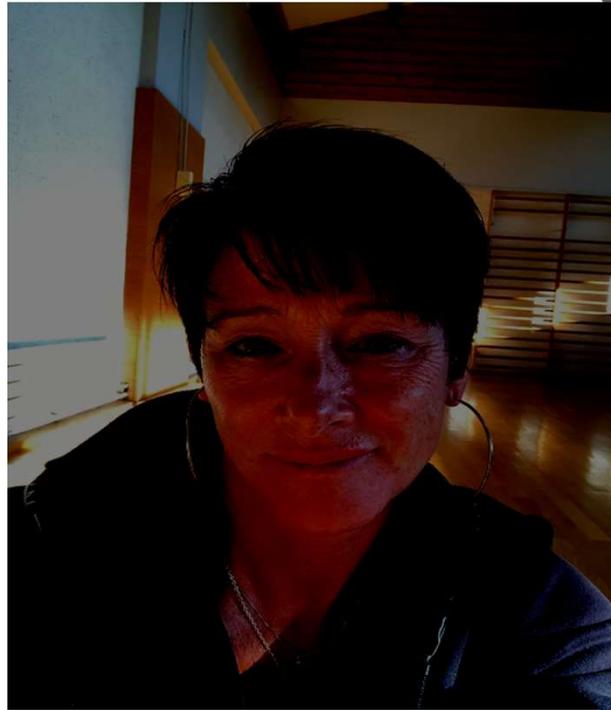
5 à 10 mn de **stretching** pour étirer les muscles qui viennent de travailler

**Avec**

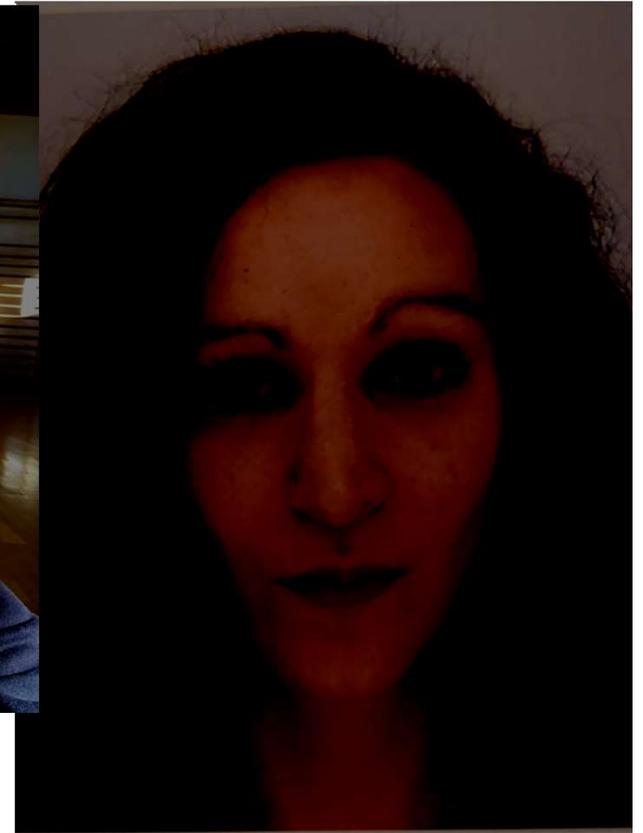




**Viktoriya**



**Ghyslaine**



**Camille**



**Julia**

**Les nouveaux arrivés :  
Anne, Adeline et Killian**

## Activités complémentaires

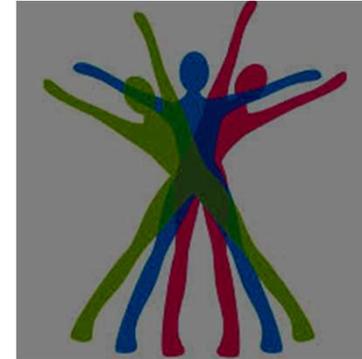
- **Fitness** : activités de mise en forme **et cardio** : cours accessible à tous, qui permet de se tonifier et de perdre du poids

**YOGA** : enchaînement de **poses et de mouvements sur un tapis** qui visent à apporter un bien être physique et mental, un assouplissement des muscles en douceur. C'est une discipline douce que tout le monde peut pratiquer.

**STRETCHING** : séance d'une heure pour **travailler sa posture**, son **équilibre**, sa **respiration** avec des exercices d'étirement, de gainage avec un travail du dos, la souplesse des épaules ainsi que les abdos .

Relaxation en fin de séance.

**PILATES** : méthode douce qui convient à tout âge et travaille les muscles profondément. **Associe des moments de détente d'entraînement et de coordination** ; évacue le stress améliore la tenue du corps et le maintien.



# LES adhérents





# Quelques chiffres

# Les Adhérents

**330** adhérents pour la saison 2023/2024

**27 %** de nouveaux inscrits et **29 %** de non renouvelés

22/23 **326**

21/22 **275**

20/21 **248**

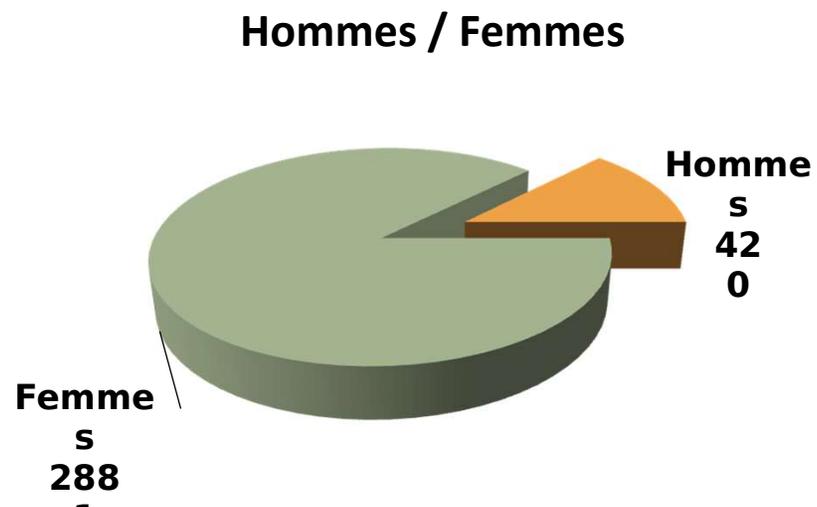
19/20 **287**

18/19 **314**

Dont :

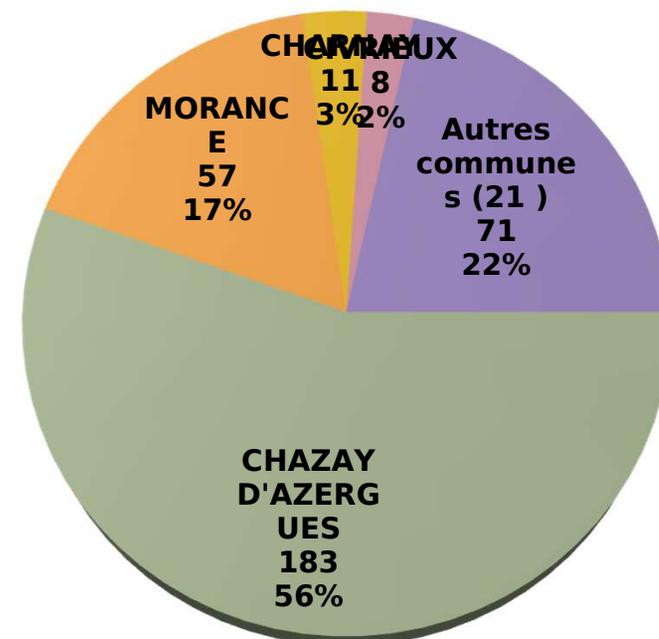
288 femmes (**87%**)

42 hommes (**13%**)



# Les Adhérents

Adhérents par commune



Habitants de :

–Chazay : 183 (53%)

–Morancé : 57 (17%)

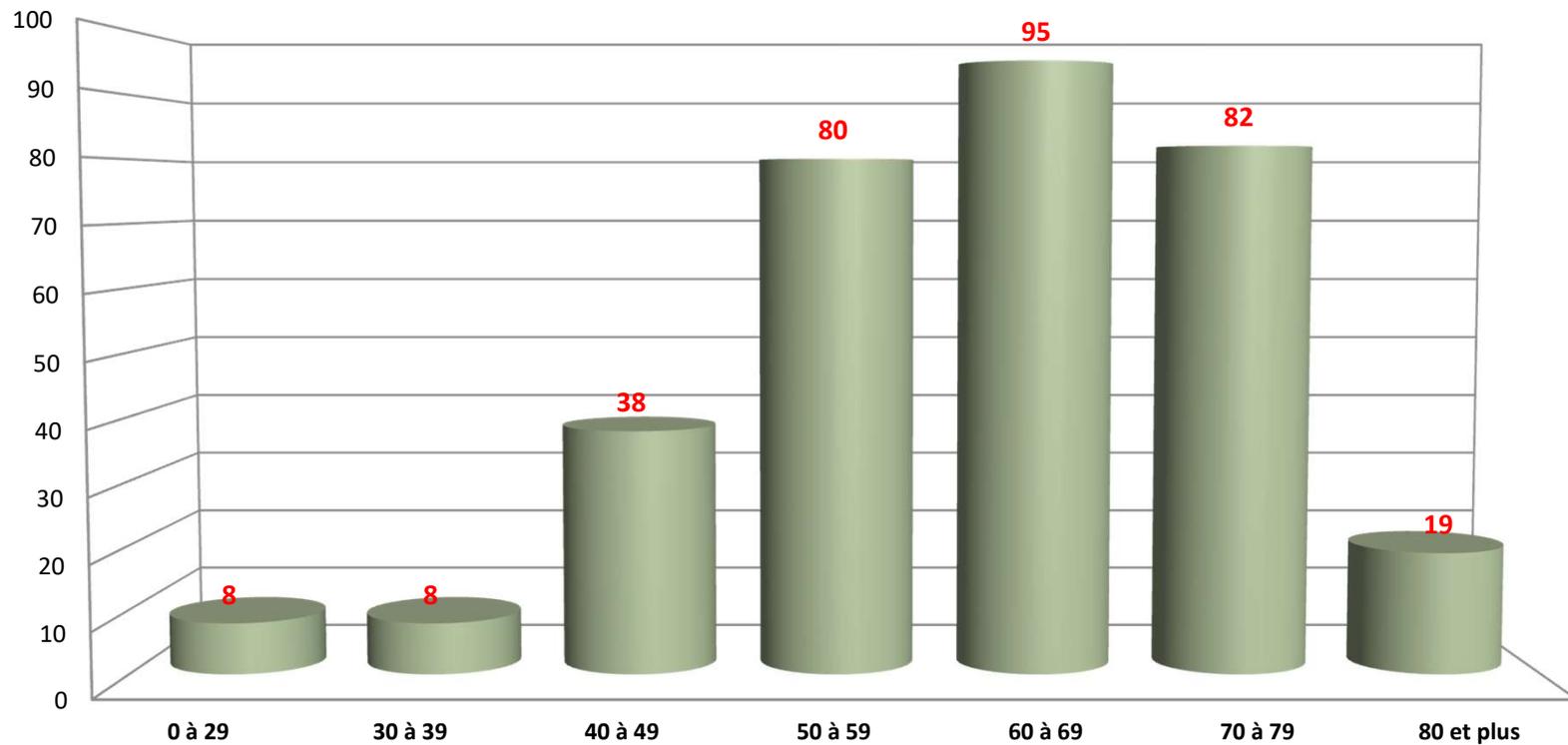
–Charnay : 11 (5%)

–Civrieux : 8 (3%)

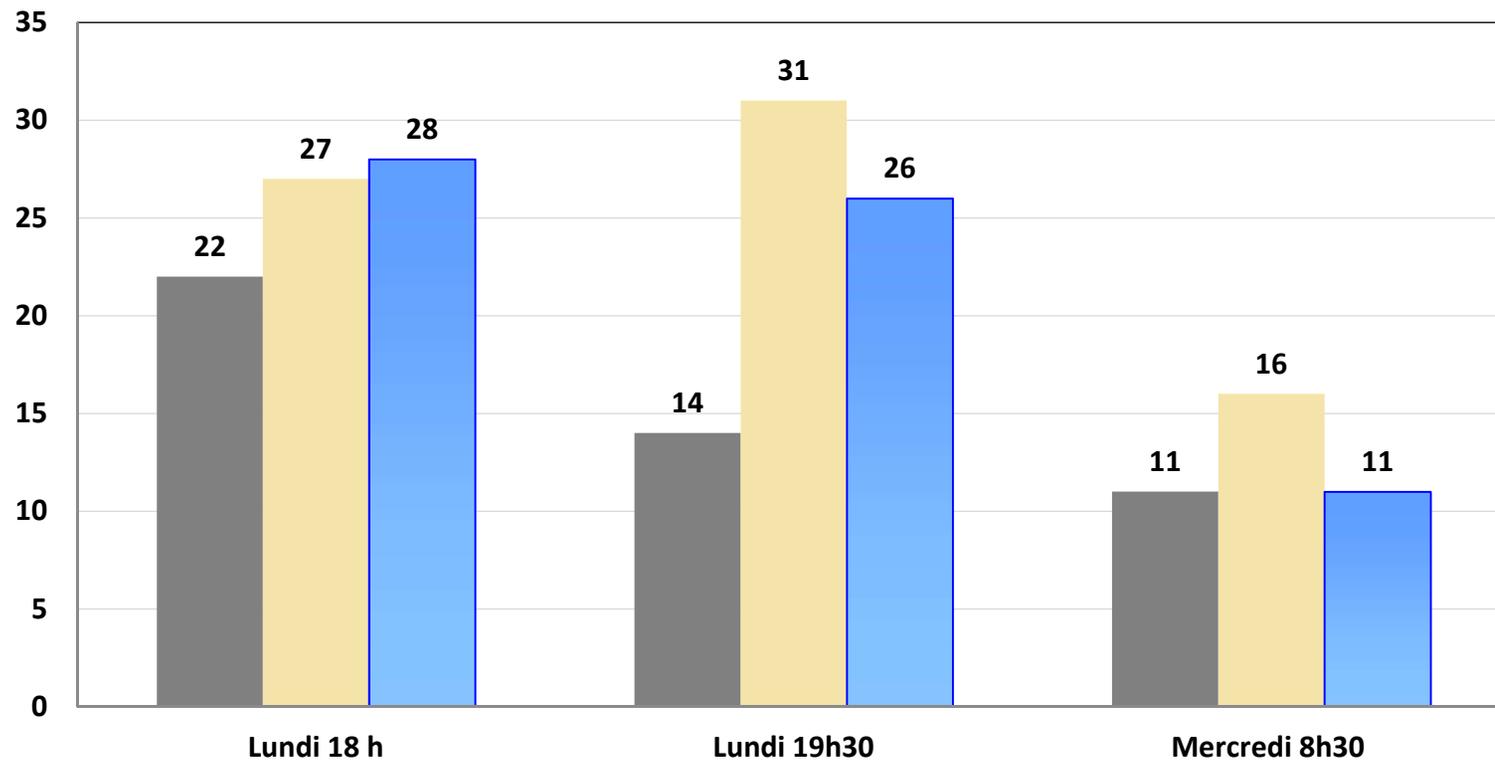
–le reste (22%) se répartissant entre 21 autres communes voisines.

# Adhérents par tranche d'âge

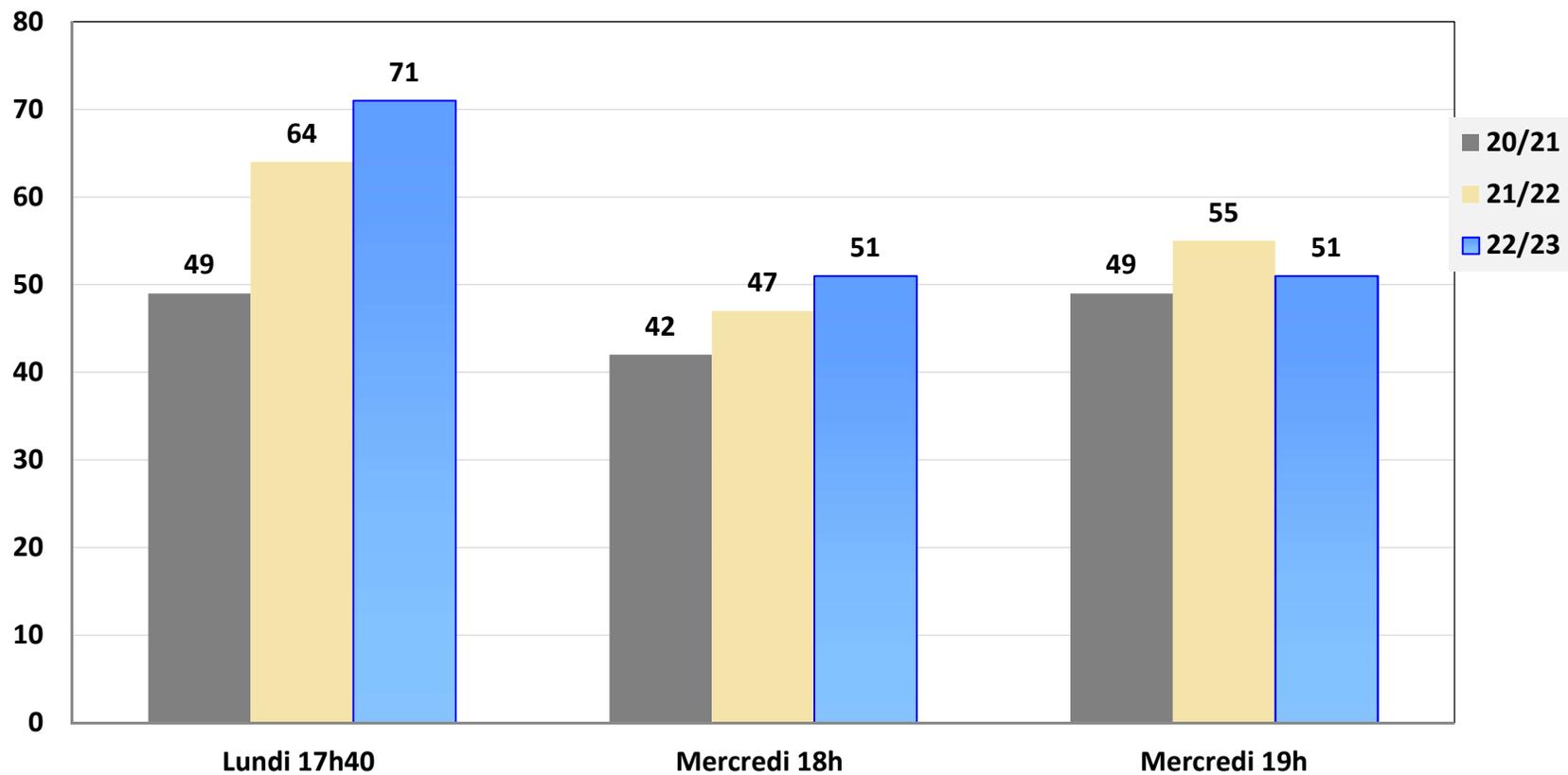
NOMBRE D'ADHERENTS par tranche d'âge



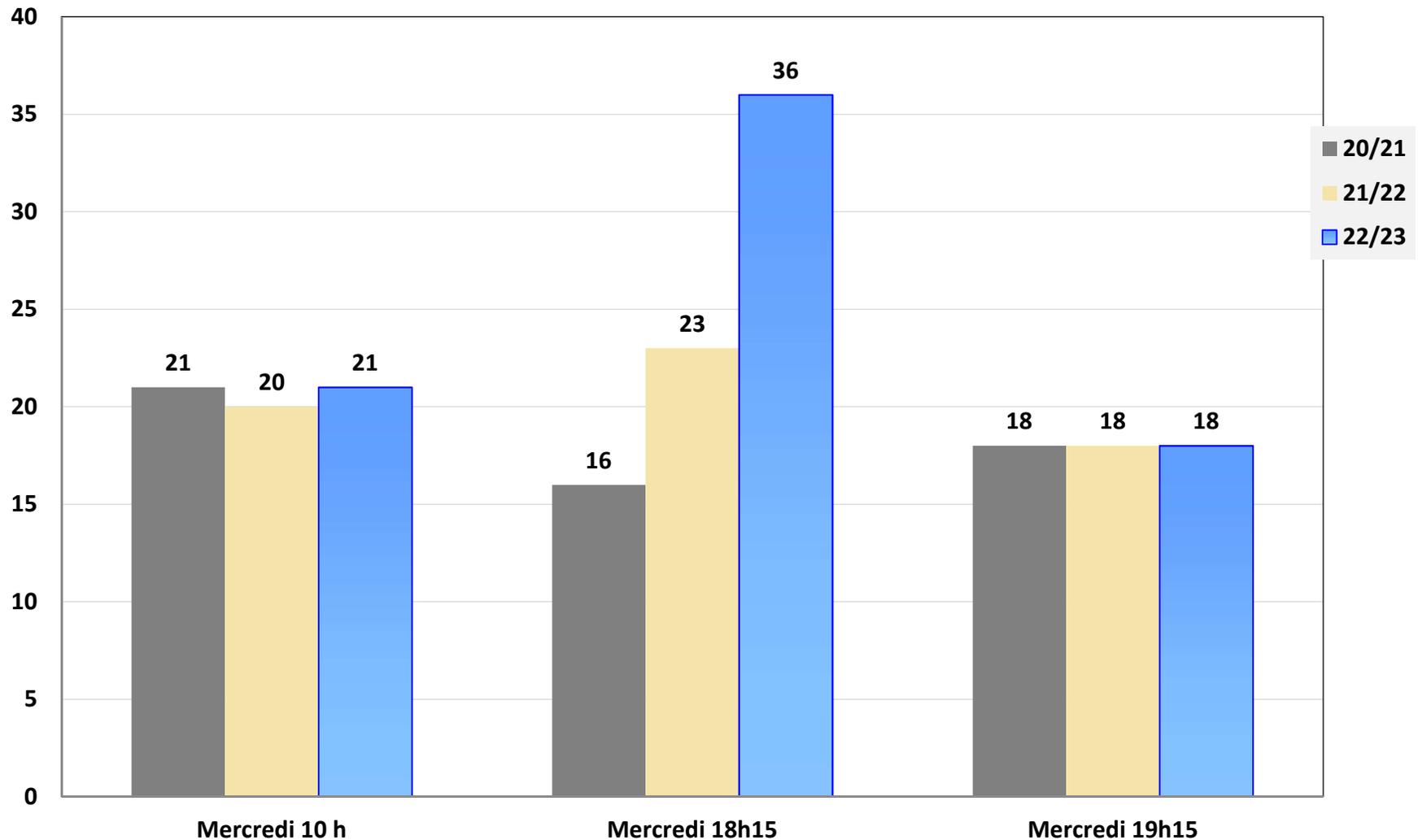
# Évolution dans les activités complémentaires : **Yoga**



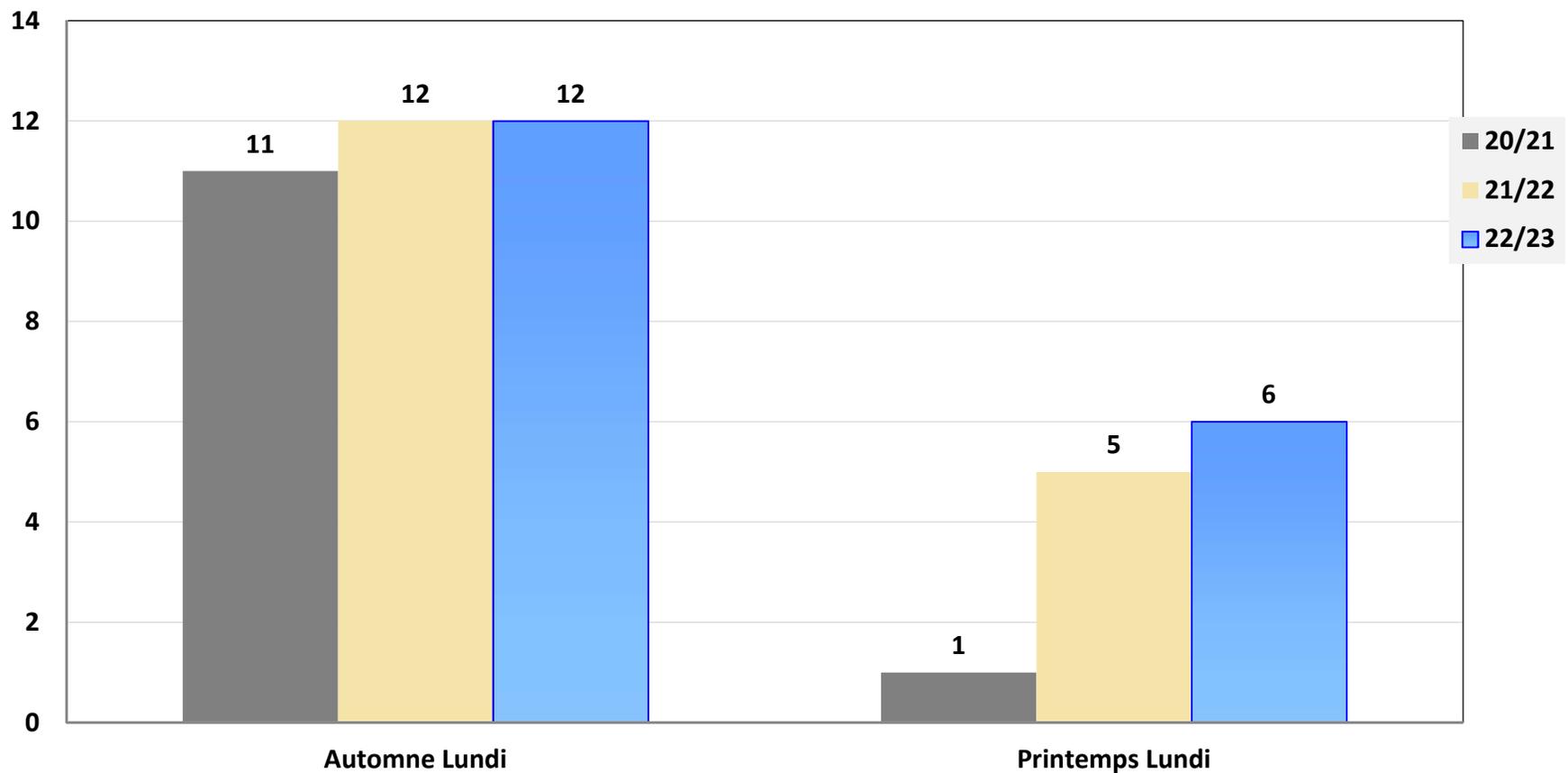
# Évolution dans les activités complémentaires : **Stretch**



# Évolution dans les activités complémentaires : Pilates



# Évolution dans les activités complémentaires : **Marche active**



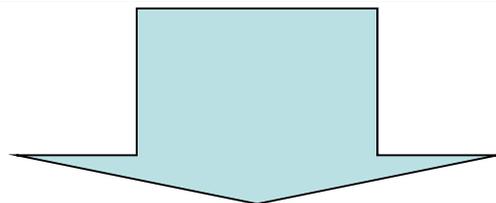


# le Bureau



## Comité directeur et fonctions

Présidence	Gestion des animateurs	Relations extérieures	Secrétariat	Trésorerie
Renaut Jean	Guillory Janine	Delorme Madeleine	Garnier Jean-Louis	Vignon Stéphane
	Vinson Claude		Sarcey Robert	



## Bureau exécutif

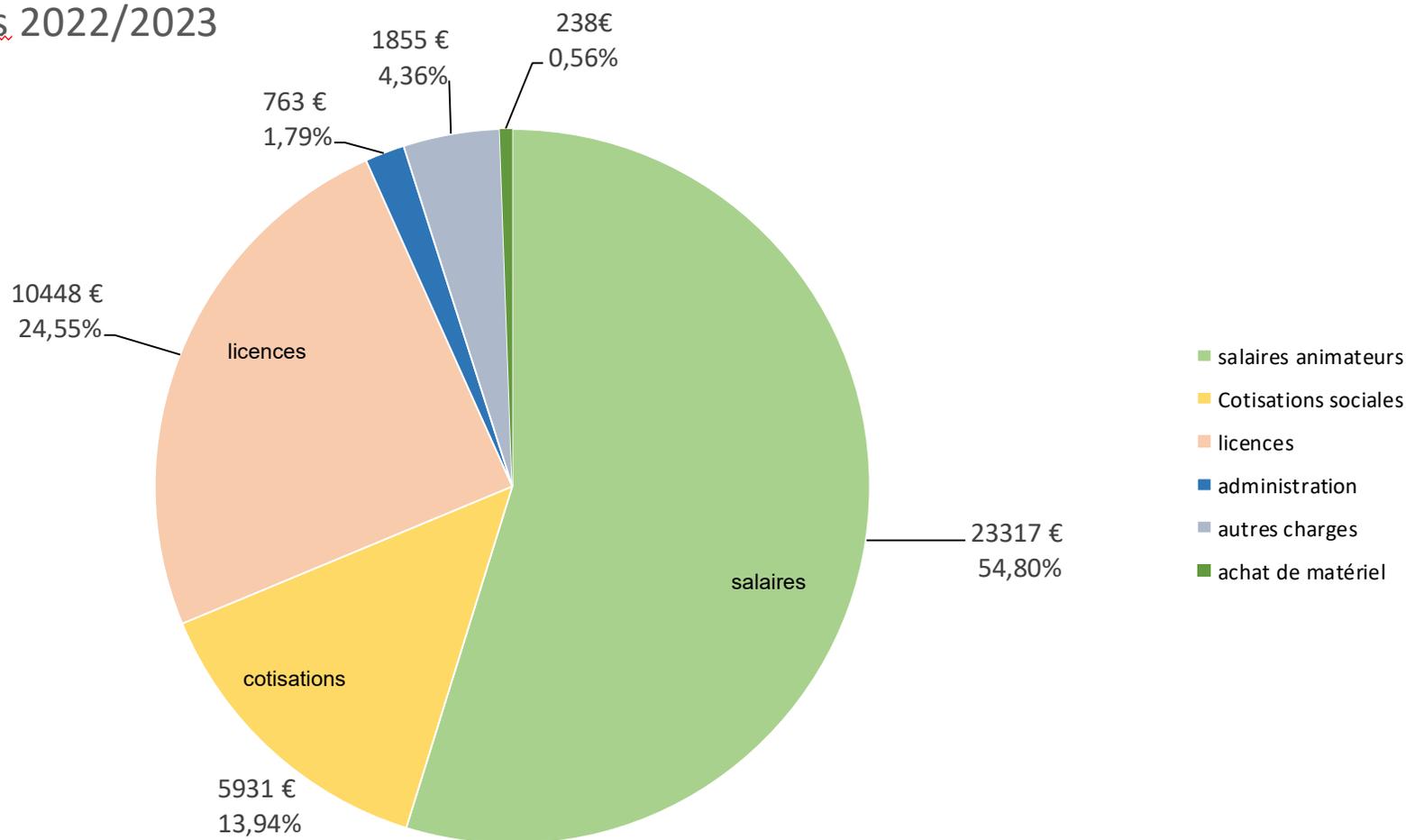
<u>Présidence</u> Renaut Jean	<u>Trésorerie</u> Vignon Stéphane	<u>Secrétariat</u> GARNIER Jean-Louis
----------------------------------	--------------------------------------	--



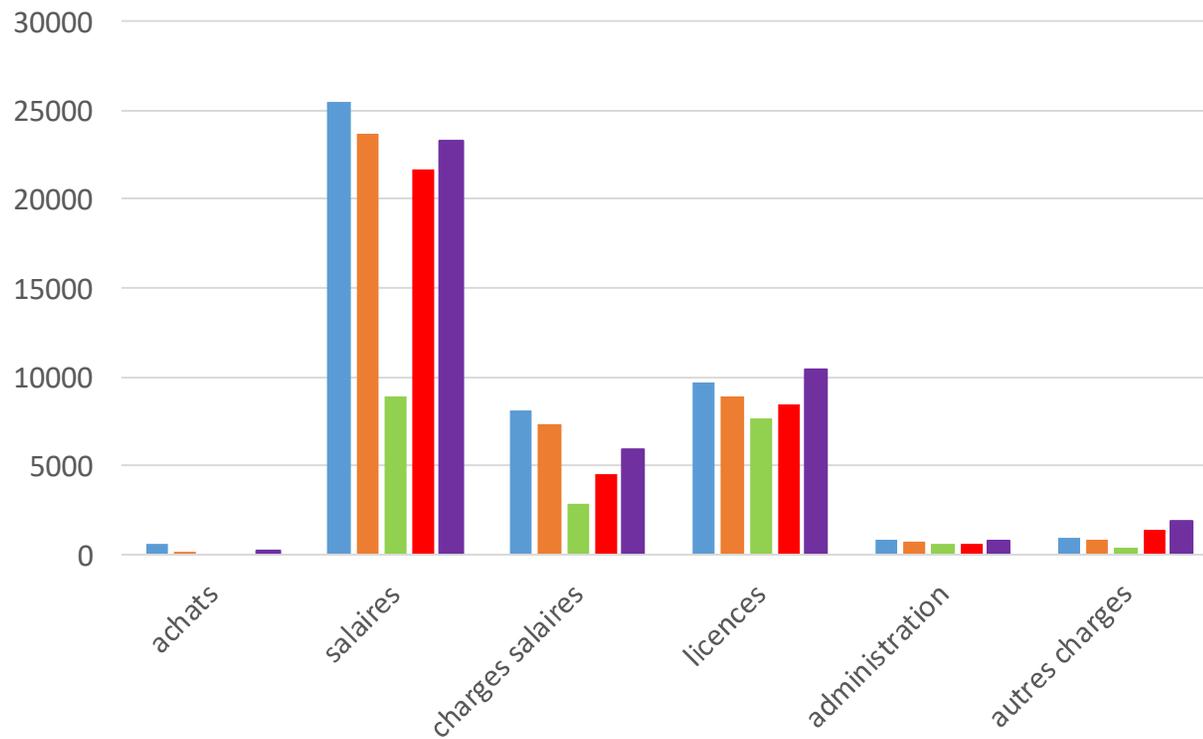
# Le rapport financier

# Répartition des dépenses 2022 / 2023

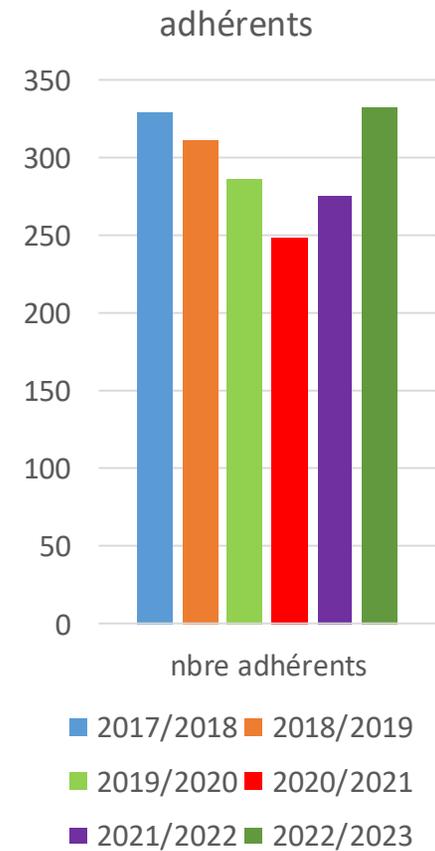
## Dépenses 2022/2023



# Comparatif des dépenses 2018/2023



■ 2018/2019 ■ 2019/2020 ■ 2020/2021 ■ 2021/2022 ■ 2022/2023

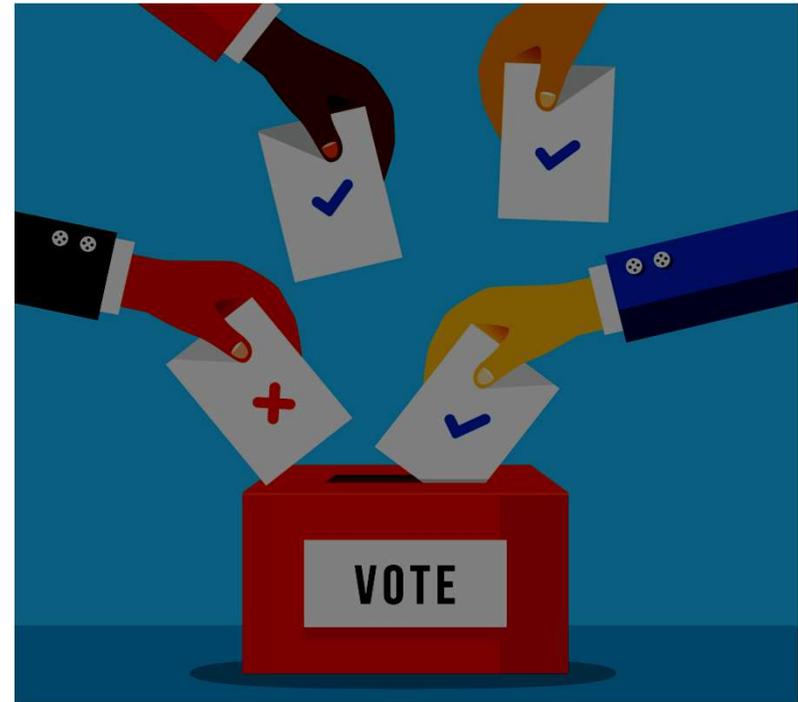
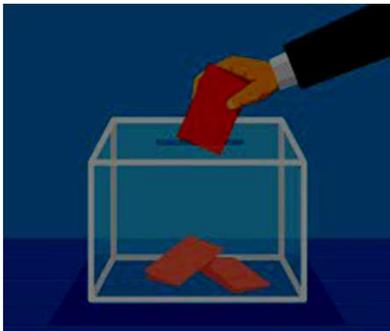


# Vote





# Vote



## Cotisation 2024 / 2025

- Proposition du bureau en fonction des prévisions:

**la cotisation reste fixée  
à 125 euros**

# Vote

