

# ANNEXE 3

## Compte-rendu Grande Randonnée saison 2024 2025

C'est dans un contexte particulier que je réalise le compte rendu de ce que nous avons appelé "grandes randonnées". En effet j'ai proposé dix "grandes randonnées" sans en faire aucune. N'ayant pas eu de retour négatif, j'en ai conclu que les participants (du moins les plus assidus qui ont suivi plusieurs parcours) n'ont pas été rebuté par mes choix. Mais je n'ai pas susciter l'enthousiasme puisque la participation a baissé. Proposer des randonnées de 20 à 25km dans des lieux différents avec des découvertes de paysages et du patrimoine n'est pas toujours très aisé. Refaire des parcours déjà pratiqués n'est pas non plus la conception que j'ai de cette activité. J'aimerais bien que d'autres personnes autres que des piliers comme Jeannot et Bernard me fassent des propositions. A cours d'idée, hélas à chaque trimestre j'ai remis une randonnée déjà réaliser(une ou plusieurs fois). En général je privilégie des randonnées un peu plus courte et pas trop loin de Domérat les mois d'hiver et à partir de mars on rallonge et on s'éloigne. Cette année moins de randonneurs ce sont déplacés pour ces journées, puisque en général de 10 à 14 marcheurs étaient présents, (18 à Toulx-St Croix). Est-ce dû au temps particulièrement maussade jusqu'en février (par exemple nous avons dû annuler la randonnée d'octobre) Mais les courageux ont parcouru les chemins de Gouzon, Estivareilles, Lamais, Argenty, Toulx-St Croix, Marcillat en Combraille, Chatillon, Mérinchal et pour terminer dans quelques jours Tronçais. Merci à ceux qui proposent et conduisent ces randonnées Toute idée pour l'année prochaine est souhaitable alors à vos cartes IGN

Maurice

## RAPPORT D'ACTIVITE YOGA 2024/2025

Les séances de yoga, animées par Nathalie, chaque mercredi de 14h30 à 15h30, rencontrent un grand succès. L'attrait pour l'activité ne cesse d'augmenter d'année en année. 47 inscrits pour l'année 2024/2025 contre 41 pour 2023/2024. Nous comptons, en moyenne, une trentaine de participants par séance. Une nette baisse des participants est toujours constatée en fin de saison. Merci, Nathalie, pour ces moments de plaisir et de relâchement . Merci à Evelyne qui m'a remplacé pour le pointage, durant mes absences. Bonnes vacances à tous en espérant nous retrouver tous en forme à la rentrée.

Josiane vaillant

## **RAPPORT D ACTIVITE AQUAGYM**

Une moyenne de 35 participants mouillent le maillot le vendredi dans le bassin ludique intérieur de l'aqualudique de la loue. Cette année pas d'enfants des écoles car le cours d'aquagym a lieu de 11h à 12h suite une modification des horaires ,mais une musique rythmée est venue accompagnée les séances toujours coachées par thomas et sa bonne humeur.

## **MARCHE NORDIQUE**

Plus de 70 marches nordiques ont été programmées durant cette saison.

Que ce soit le lundi matin ou le mercredi matin, une très bonne participation des adhérents qui ont bien accueilli les nouveaux venus.

C'est dans une bonne ambiance que chacun a pu s'exprimer que ce soit dans le physique avec une bonne poussée de bâtons ou dans l'usage pratique de la langue.

La pluie, la boue et la chaleur de ces derniers temps ont un peu diminué la fréquentation des circuits, mais il y a toujours beaucoup d'irréductibles gaulois.

Comme toujours, nous devons rappeler de bien consulter le calendrier sur le site du club en ce qui concerne le nombre de kilomètres à parcourir ou certaines difficultés de parcours maintenant bien connues de tous, sans oublier de bien écouter et respecter les consignes données par les accompagnateurs afin d'assurer la sécurité de tous.

Evidemment, tout cela ne serait pas possible sans l'investissement des bénévoles pour programmer et accompagner toutes ces marches, un grand merci à tous.

**C .VLERICK**

## **Randonnee du jeudi**

### **AG SCD 2025**

Une belle saison pour la rando du lundi qui s'est maintenue avec un effectif de 35 à 40 marcheurs jusqu'en avril et de 25 à 30 ces derniers mois. Dès le mois d'octobre, la mise en place d'un circuit plus court à l'intérieur des randos a compliqué notre organisation (choix d'un circuit adapté et animateurs supplémentaires) mais 5 à 10 marcheurs en moyenne en ont profité chaque lundi.

Vin chaud à Noël, crêpes à la Chandeleur et rando surprise en fin de

saison : autant de bons moments qui entretiennent les liens entre les marcheurs et auxquels les animateurs tiennent beaucoup. Merci à Jean-Michel, Pierre B, Pierre L et Maurice, sans oublier Chantal et Marie-France qui ont rejoint l'équipe pour les mini-randos.

### **BALLADE DES TAMALOUS**

Grand succès encore cette année avec une moyenne de 15 promeneurs et promeneuses dans une ambiance conviviale et d'échanges sur les chemins Domératois , le long du canal de vaux et l'étang de Sault. Ces balades sont ouvertes aux tamalous mais bien sur aussi aux tamanullepart

les vendredis après midi de 13h45 de septembre à mai et les vendredis matin des le mois de juin.

### **RANDO DU LUNDI**

#### **AG SCD 2025**

Une belle saison pour la rando du lundi qui s'est maintenue avec un effectif de 35 à 40 marcheurs jusqu'en avril et de 25 à 30 ces derniers mois. Dès le mois d'octobre, la mise en place d'un circuit plus court à l'intérieur des randos a compliqué notre organisation (choix d'un circuit adapté et animateurs supplémentaires) mais 5 à 10 marcheurs en moyenne en ont profité chaque lundi.

Vin chaud à Noël, crêpes à la Chandeleur et rando surprise en fin de saison : autant de bons moments qui entretiennent les liens entre les marcheurs et auxquels les animateurs tiennent beaucoup. Merci à Jean-Michel, Pierre B, Pierre L et Maurice, sans oublier Chantal et Marie-France qui ont rejoint l'équipe pour les mini-randos.

### **RAPPORT D ACTIVITE REMUE MENINGE JEUDI**

Une moyenne de 15 participants adhérents du seniors club et membres du CCAS pour cette activité du jeudi matin de 09h30 à 11h au centre Albert Poncet. Séances animées cette année par Jean Luc et annie .. Quizz, texte à trous ,anagramme et autres accompagnent cette matinée ainsi que bavardages et rigolades .Annie et jean luc réfléchissent à quelques nouveautés pour la rentrée .Nous remercions Josiane et Evelyne qui sont venues nous épauler en attendant que jean Luc se remette de ces problèmes de santé.

## DANSE

Une moyenne de 15 danseuses au 1<sup>er</sup> trimestre 12 au 2<sup>eme</sup> et 10 au 3<sup>eme</sup> et malheureusement pas de danseurs viennent se défouler sur le parquet le mardi de 18h à 19h sur des danses très variées animée par Michèle Christine Nicole et Annie.

le temps fort de cette année restera notre spectacle de Noël « le lac des cygnes » répétitions intenses et assidues pour pouvoir vous présenter des cygnes « pas trop bancales » grand merci à Carole notre maîtresse de ballet pour sa disponibilité et sa patience. et à Christian pour sa prestation qui je pense en a surpris plus d'un.

Nous remercions les danseuses pour leur assiduité tout au long des 35 séances de l'année

Cette activité reprendra en septembre et nous espérons que vous viendrez nombreux vous défouler sur le dancefloor.

## TENNIS DE TABLE

Un début de saison sur les chapeaux de roues, nous étions 12 participants bien déterminés.

Un arrêt du coach pour cause de défaillance technique, un an de plus et d'autres occupations prenantes, notre effectif s'est amoindri.

La fin d'année est toujours plus calme, jardinage et vacances anticipées obligent, mais toujours dans la bonne humeur.

Nous attendons de nouveaux inscrits pour 2025/2026.

Venez saisir la balle au (re) bond.

## ACTIVITE CHORALE – SAISON 2024-2025

L'activité chant a toujours lieu les lundis de 18h à 19h30/19h45, au centre Albert Poncet. Nous sommes 23, avec toujours autant de plaisir Philippe à la guitare et Marie-Christine à l'accordéon diatonique. Bruno et sa cornemuse sont venus nous rejoindre pour Noël et nous souhaitons vivement les retrouver pour de prochaines expériences. Nous avons appris des chants d'époque et de style différents : de Bourvil à Clara Luciani, il y en a eu pour tous les goûts... Nous commençons à bien nous connaître et avons cherché à créer au moins 2 voire 3 voix différentes avec beaucoup de travail, plus ou moins de satisfactions et quelques déboires, mais toujours dans la bonne humeur. Merci à tous pour votre patience, Nous avons terminé cette saison par un pot de l'amitié et en chansons façon karaoké pour nous entraîner pour la soirée feu de camp du 10 juillet. Nous redémarrons le lundi 15/09. Pour cette première, à nouveau autour de quelques rafraîchissements et cacahuètes, nous parlerons de ce qui ferait plaisir à chacun de chanter. Toutes les propositions sont les bienvenues

## **Compte rendu Séjour 2025\***

**Le séjour s'est déroulé du 19 au 23 Mai à Saumur**

**47 participants**

**2 types de randonnées chaque jour ( 7 à 10 kms ou 16 à 27 kms)**

**Visites : Le cadre noir, Les jardins de la rose, village troglodyte, cave, champignonerie, Saumur**

**Logement au Domaine de la Blairie**

**Repas dernier jour à la Cave aux moines**

**Nous avons eu de la chance avec la météo**

**Le retour de l'ensemble des participants est positif**