

**AG – 31 MAI 2024**

**RAPPORT D'ACTIVITÉS  
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DES  
COQS ROUGES**

# AG – 31 MAI 2024

## ART DU DÉPLACEMENT

Sur la saison dernière il y a eu peu de changements par rapport à notre rapport de l'année précédente.

Nous nous sommes adaptés à notre nouvelle salle même si celle-ci ne nous semble pas adaptée.

Nous avons aussi constaté que nous avons besoin de faire évoluer notre matériel qui se fait vieillissant (tapis et tatamis notamment).

Le fait que nous n'ayons plus accès aux tatamis du vovinam afin d'augmenter la taille de nos structures y est aussi pour quelque chose.

Cependant l'accès à la salle de détente à la fin de nos cours a permis de créer un noyau dur d'adhérents adultes qui se sentent intégrer à l'association ainsi qu'à notre section.

Même si cela est occasionnel il nous est aussi arrivé de devoir annuler des cours car des événements était prévus sur le week-end.

Si nous pouvions avoir un calendrier des événements prévus les week-ends, cela nous permettrait de nous organiser pour pouvoir prévenir en amont nos adhérents.

En septembre nous avons eu beaucoup d'adhérents, ce qui nous a permis d'intégrer une nouvelle éducatrice à notre équipe : Oriana Villechenoux.

Grâce à nos échanges avec la direction nous avons pu gérer au mieux la rentrée ce qui nous permet aujourd'hui d'être excédentaire sur l'année en cours (voir budget prévisionnel fourni en annexe).

ESTIMATION BUDGET 2023									
PREVISION AVEC ORIANA SUR 3,5H/SEMAINE									
COUTS					RECETTES (reel)				
NOM	H / SEMAINES	SEMAINES	PRIX HORAIRE	CHARGES	TOTAL	TRANCHE D'AGE	NOMBRE	PRIX UNITAIRE	TOTAL
LUDO	11	31	25,0 €	5,00 %	8 951,3 €	6-8	26	200	5 200,0 €
THOMAS	8,5	31	25,0 €		6 916,9 €	9-11	32	200	6 400,0 €
MATTHIEU	11	31	25,0 €		8 951,3 €	12-13	30	200	6 000,0 €
ORIANA	3,5	31	25,0 €		2 848,1 €	14-15	24	225	5 400,0 €
<b>TOTAL 1</b>					<b>27 667,5 €</b>	16-17	20	225	4 500,0 €
charges	182				182,0 €	ADULTES 1	16	250	4 000,0 €
LICENSE/ adhérents	20				3 220,0 €	ADULTES 2 COURS	13	325	4 225,0 €
<b>TOTAL 2</b>					<b>3 402,0 €</b>	<b>TOTAL</b>	<b>161</b>		<b>35 725,0 €</b>
<b>TOTAL 3</b>					<b>31 069,5 €</b>				

# AG – 31 MAI 2024

## BASKET

Au cours de la saison passée, l'activité basket-ball a affiché complet avec 40 jeunes adhérents sur les deux créneaux. Pour améliorer la qualité de l'enseignement et faciliter une augmentation des effectifs, nous projetons de scinder les groupes d'âge (7-8 ans et 9-11 ans) l'année prochaine.

Bien que notre focus n'ait pas été sur la compétition, nous envisageons d'organiser une rencontre amicale avec une autre maison de quartier pour la saison à venir.

Enfin l'intégration d'une journée multisport et la sortie pour assister à un match des JSA ont été des moments forts, appréciés par les enfants, renforçant le lien entre sport et convivialité au sein de notre association.

Frédéric GALI

# AG – 31 MAI 2024

## DODGEBALL

Cette saison fut la saison de la renaissance de notre section adulte suite à la pandémie de Covid-19.

Pour la première fois, nous avons pu participer au championnat de France dans les sections minime et adulte. Les résultats sont encourageants, surtout compte tenu du fait que c'était notre seule compétition de l'année.

Nous terminons l'année avec un effectif de 35 joueurs, toutes sections confondues.

En plus de la compétition, nous avons réussi à intégrer un jeune autiste dans notre section minime, en sensibilisant les joueurs et les encadrants avec l'aide d'un intervenant extérieur pour faciliter son intégration. Nous sommes fiers du succès de cette intégration réussie, malgré la complexité d'apprendre autant de règles sportives pour ce jeune homme.

Notre objectif pour la prochaine saison est de créer une ligue sud-ouest, d'y constituer une équipe compétitive qui en sera la locomotive de la région.

Nous organiserons également une compétition pour la catégorie Benjamin.

Nous créerons une section féminine si les créneaux horaires le permettent, une section indispensable pour l'avenir.

Notre défi sera d'intégrer progressivement notre jeune génération qui est à la porte de la section senior et qui va certainement donner un coup de pouce à la dynamique des entraînements juniors/séniors.

La saison 2022-2023 sera sans aucun doute l'année de référence pour l'essor du dodgeball en Gironde.

Enfin et surtout, l'objectif prioritaire sera l'équilibre budgétaire en développant différents partenariats et événements sportifs.

Frédéric GALI

# AG – 31 MAI 2024

## ECOLE MULTISPORTS

La saison passée, notre programme multisport a bénéficié grâce encore à l'accès au gymnase Alice Milliat, d'accueillir 32 adhérents, un effectif au complet. Avec trois encadrants, les enfants ont eu l'opportunité de pratiquer deux sports différents chaque matinée, garantissant un enseignement de haute qualité.

La journée multisports de juin, en association avec la section basket, a souligné le succès de l'intégration entre diverses activités des Coqs Rouges.

L'introduction de stages multisports, élargis à deux semaines par vacances, a incorporé des sports innovants et des activités ludiques comme des jeux vidéos ou de sociétés adaptés en jeux sportifs, gagnant en popularité et apportant un bénéfice financier significatif.

Ce succès a permis d'investir dans du nouveau matériel sportif pour l'école, créant un cercle vertueux de développement et de reconnaissance.

Frédéric GALI

# **AG – 31 MAI 2024**

## **EVEIL DE L'ENFANT**

Une activité de motricité qui existe depuis quelques années, proposée aux enfants à partir de 2 ans. En début de saison, les séances se déroulaient le samedi à Alice Milliat.

A partir du début 2023, nous avons été rapatriés aux Coqs Rouges dans les nouvelles salles.

Une vingtaine d'enfants ont été inscrits, un nombre en hausse tout au long de la saison, notamment après un événement le 26 Novembre.

# AG – 31 MAI 2024

## FOOTBALL – FUTSAL

La saison qui s'est terminée en août dernier, nous a apporté des remerciements de la part des parents de nos jeunes adhérents et même des messages de soutien. En effet la saison dernière a été particulièrement difficile. L'accueil que nous réservons à nos footballeurs, s'il est toujours aussi sympathique et techniquement amélioré par nos équipes de bénévoles, il est de plus en plus difficile sur le plan de nos installations. Les points positifs à noter :

- Trois stages, en octobre, février et avril ont réunis 102 enfants de 6 à 12 ans.
- Le tournoi exclusivement féminin, pour sa deuxième édition qui rencontre un franc succès.
- Le tournoi Gilbert MARCHAL qui poursuit sa renaissance après les années COVID.
- Sans aide ni subvention, deux équipes de jeunes ont participé aux Finales FSCF.
- L'investissement de nos bénévoles.

Malgré la bonne volonté et le soutien de nos inconditionnels, notre avenir s'assombrit. Comme nous l'avions annoncé à la dernière AG de notre Association, les résultats sportifs stagnent, les résultats financiers ne s'améliorent donc pas. Les prémisses des futures difficultés ne peuvent plus être masquées ...

Nous ne baissons les bras. Nous avons plein de projets pour la prochaine saison :

- Un vide grenier, - Un développement de notre école de foot féminine,
- Un stage de Futsal pour les moins de 15 ans,
- Un stage pour les enfants en fin de saison (juillet)
- Accroissement de la formation pour nos éducateurs
- Et bien d'autres projets ...

Pour conclure, bravo et merci à tous les footballeurs et tout particulièrement à nos cinquante bénévoles.

La Section Foot des COQS ROUGES de BORDEAUX

# AG – 31 MAI 2024

## JUDO

Les séances avaient lieu tous les lundis au Gymnase Alice Milliat pour les 4-6 ans. En parallèle, le partenariat avec l'école St-Genès Talence a été renouvelé pour cette saison.

Nous avons donc dispensé des cours à l'interclasse, chaque mardi et jeudi. En tous, 32 enfants ont été adhérents et pratiqué l'activité.



**AG – 31 MAI 2024**

## **MARCHE NORDIQUE**

L'activité a du mal à se développer. Les personnes qui viennent sont en revanche motivées, et se réinscrivent.

Cependant, faisant partie de la commission nationale au sein de la FSCF, et chargée du développement en région Nouvelle Aquitaine et Occitanie, cela me permet de mettre en avant la marche ainsi que notre association..

Marie-Pierre Themista

# AG – 31 MAI 2024

## NATATION – AQUAGYM

La section Natation pour la saison 2022-2023 comptabilise 271 adhérents.

Un changement du lieu de pratique en milieu de saison pour cause de travaux à la piscine Grand Parc, la section a dû déménager sur la piscine Judaïque Jean Boiteux

Le groupe compétition se compose de 30 nageurs.

Plusieurs nageurs de ce groupe se sont qualifiés tout au long de la saison pour participer aux Championnats Régionaux Jeunes, Juniors et Séniors.

Osez Bordeaux Lac a regroupé 150 nageurs le dimanche 18 septembre 2022.

Nous avons organisé un Record de l'Heure à la piscine Grand Parc au mois de décembre. Les nageurs doivent nager pendant une heure et des bénévoles comptent leurs longueurs afin de les comptabiliser à la fin de l'Heure. Un classement est effectué à la suite de chaque organisation.

Lors des vacances d'avril la section a organisé pour la deuxième fois un stage pour le groupe compétition à Biscarosse 8 nageurs et les deux entraîneurs sont partis pour un stage de 6 jours. Au programme deux entraînements par jour de 2h, le reste de la journée étirements, jeux de société, surf, accrobranche, préparation physique, activités proposées par le camping (comme basket)

Pour la première fois une nageuse Alice Baleston en catégorie junior a été qualifiée à un Meeting National (le Grand Prix Jean Boiteux à la piscine Judaïque) au mois de mai.

En fin de saison nous avons appris le souhait de la Mairie de Bordeaux de nous transférer à la piscine Tissot à Bacalan à la rentrée Janvier 2024.

# AG – 31 MAI 2024

## SUBAQUATIQUE

Pour la saison 2022/23 nous avons enregistré 105 licences

Nous avons validé 40 brevets dont voici le détail :

- 10 plongeurs niveau 1
- 4 plongeurs niveau 2
- 2 plongeurs encadrés à 40m
- 5 plongeurs niveau 3
- 2 plongeurs nitrox confirmés
- 8 brevets d'apnéistes
- 10 brevets de secourisme

Nous avons récupéré 6 nouveaux encadrants qui ont réussi brillamment leurs examens fédéraux.

4 nageurs de la section ont participé a la compétition de nage d'Amboise /tours (23 km sur la Loire)

2 apnéistes de la section ont participé à la compétition d'apnée de la Rochelle ou il se sont bien classés(qualification pour les championnat de France)

Enfin la section a organisé un voyage à Sharm El Sheikh en Mer Rouge fin mai.

Et pour clôturer la saison notre voyage traditionnel a l'Estartit sur la Costa Brava qui a rassemblé une quarantaine de membres dans la joie et la bonne humeur.

Jm Costemalle

President de la section

## SURFSKATE

Voici un résumé de la saison 2022/2023 concernant la section surfskate avec un rappel sur l'origine de cette pratique : Lors de l'été 1996 à Venice Beach, un des spots de surf mythique de Californie, Greg Falk et Neil Carver, qui avaient surfé tout l'hiver, étaient impatients de remettre ça dans l'eau chaude estivale. Malheureusement, les vagues ne furent pas au rendez-vous. Greg et Neil, frustrés mais plein d'idées, en ont profité pour inventer les premiers trucks de surfskate, permettant de réaliser des courbes pleines de sensations, de fluidité et de ne plus poser le pied par terre sur de longues distances.

Depuis, le cercle de pratiquants n'a jamais cessé de s'agrandir et cette discipline récente connaît un réel engouement depuis quelques années en France. En outre, pas de discrimination concernant le surfskate, on peut le commencer à (presque) tout âge, même sans avoir déjà mis le pied sur une planche de skate traditionnelle ou sur une planche de surf !

C'est pourquoi j'ai voulu partager les joies de cette discipline avec d'autres personnes, en créant la section surfskate au sein des Coqs Rouges. J'ai d'abord présenté mon projet en mars 2022 à Patrick Cazenave qui m'a fait confiance, puis à Audrey Mercadal qui a pris les rênes de la direction depuis. L'association a par ailleurs investi dans du matériel tel que 3 surfskates tests, des protections et une rampe en forme de vague, pour commencer l'activité dans de bonnes conditions.

Les sessions se déroulent tous les samedis de 15h à 17h au gymnase de Moulereins. Je propose également de temps en temps des sorties pour découvrir de nouveaux sites et étoffer son bagage technique (forêt du Bourgailh à Pessac, skatepark et pumphack de la Junca à Villenave d'Ornon notamment).

13 personnes se sont inscrites pour la saison 2022/2023, dont 7 hommes et 6 femmes âgés de 30 à 50 ans, ce qui est encourageant pour une 1ère année d'existence. Les 30-50 ans sont par ailleurs mon cœur de cible, car le surfskate s'avère plus accessible que le skate traditionnel ("street skate") surtout pratiqué par des jeunes avec des figures aériennes, et donc moins traumatisant pour le corps et les articulations.

J'ai pour objectif d'atteindre les 20 adhérents, en bonne voie puisque 16 pratiquants ont pris leur licence au moment où j'écris ces lignes. La grande majorité des pratiquant-e-s est débutante, mais il serait néanmoins bon de pouvoir investir dans du nouveau matériel, afin de fidéliser les adhérent-e-s dans le temps et leur proposer une courbe de progression intéressante. J'aimerais enfin, si la section vient à se pérenniser, proposer des événements à Moulereins avec démonstrations, initiations, musique, restauration, sponsors, et des week-ends immersion surfskate en Espagne notamment, extrêmement dynamique en termes d'infrastructures dédiées à cette pratique. Michaël Ramus de Coste, Responsable de la section surfskate

# AG – 31 MAI 2024

## TENNIS – BEACH TENNIS

Après la baisse entraînée par les années covid qui a surtout impacté le comportement des adhérents adultes, le nombre d'adhésions repart à la hausse avec 179 adhérents pour cette année sportive 2023 (159 en 2022). L'effort a beaucoup été tourné vers l'utilisation de nos surfaces de sable (17 adhérents beachtennis supplémentaires par rapport à 2022), et la location de nombreux créneaux aux beach-chillers de Bordeaux (beach volley) pour leurs entraînements et leurs tournois.

La compétition tennis a encore été un point important de la vie du club avec au niveau départemental, 3 équipes messieurs engagées en coupe de Gironde en 3<sup>ème</sup> série niveau 1, niveau 2 et 4<sup>ème</sup> série, dont deux ont disputé les phases finales, ainsi qu'une équipe dames engagée en 3<sup>ème</sup> série niveau 3.

Toujours en départemental, 5 équipes chez les jeunes en 13/14, 15/16, 17/18 garçons et 15/18 filles. Les 17/18 garçons sont allés jusqu'aux phases finales.

Au niveau régional en Ligue de Nouvelle Aquitaine, 4 équipes messieurs engagées en 2<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> division. Les 3 premières équipes messieurs sont montées d'une division chacune, la 4<sup>ème</sup> s'est maintenue. Nous retrouverons donc la 1<sup>ère</sup> division la saison prochaine.

1 équipe chez les dames a joué et s'est maintenue en division 4.

Notre équipe vétérans a disputé brillamment le championnat national Caren des + 65 ans.

Le tournoi des jeunes en Avril a rassemblé 124 jeunes de 11 à 18 ans, garçons et filles, et 21 joueurs pour le plateau des 9/10 ans en novembre. Le tournoi interne homologué adultes a rassemblé une quarantaine de joueurs du club.

Des animations (galettes, goûter de Noël pour les enfants, tournoi « guez », nombreux barbecues) ont ponctué régulièrement les moments forts de la vie du club.

## TENNIS DE TABLE

La saison 2022-2023 a été pour nous, pongistes, mouvementée.

En effet, éloignés de nos anciens locaux pour cause de travaux, nous n'avons regagné le nouveau siège qu'en février 2023.

En début de saison, nous avons occupé le gymnase Alice MILLAT, situé cours Victor Hugo à Bordeaux.

Il a fallu procéder à de nombreuses manutentions, du fait que le gymnase était occupé par d'autres activités : installations des tables, montage des séparations, tables de marqueurs, pour le championnat et entraînements.

C'est grâce à la volonté et l'investissement de tous que nous sommes parvenus à mener la section à un bon niveau sportif, et maintenir le nombre de licenciés (105).

Nous avons déménagé dans les nouveaux locaux avec grand plaisir, ce qui a eu un effet de surmotivation de la part de nos compétiteurs et d'augmenter le nombre de pratiquants en loisir et en école des jeunes.

Nous sommes engagés en championnat régional (3 équipes), Départemental (5 équipés) et critérium de Gironde (2 équipes).

Un nouveau Bureau a été formé, constitué de huit personnes dynamiques, dans lequel chaque membre a ses propres compétences : Secrétariat, Trésorerie, encadrement technique, logistique et communication.

On peut considérer aujourd'hui, que la section « Ping » est bien sûr une discipline omnisport des Coqs Rouges, mais aussi, pour beaucoup, un lien de vie.

Bonne saison à tous

Le Rédacteur Serge DONNADIEU

# AG – 31 MAI 2024

## VOVINAM VIET VO DAO

Les années se suivent et sont toujours aussi remplies pour la section de Vovinam Viet vo Dao avec un début sur les chapeaux de roue avec pas moins de 2 stages de rentrée et de nombreux élèves retrouvant le chemin du dojo, surtout au niveau des enfants. Ensuite, le corps enseignant, accompagné par d'autres clubs, a eu la chance de se rendre à Ténérife en février pour un échange avec leurs homologues espagnol. Entraînements, découverte des pratiquants, de l'île et un peu de détente ont rythmé cette semaine qui a permis de ramener des techniques et méthodes d'enseignements propres au maître y résidant.

N'oubliant pas de faire la promotion de notre art martial, nous nous sommes rendus à Barbezieux en début d'année scolaire pour y faire 2 démonstrations afin de faire connaître le nouveau club s'ouvrant sous la direction d'un de nos anciens pratiquants. Nous avons pu répondre présent pour une autre démonstration plus locale, à Talence, pour l'ouverture du nouveau club de notre Maître Camillo.

L'année a bien sûr aussi eu son lot de compétitions qui ont vu briller une fois de plus nos pratiquants par leur présence, mais aussi par le palmarès. En effet, pour la compétition adulte du mois de mars, nos pratiquants ont atteint la plus haute marche du podium en combat adolescents hommes et hommes de moins de 80kg. Concernant les épreuves techniques, nous avons obtenu une deuxième place pour le Song Luyen Vat 1 (combat codifié de lutte premier niveau), une troisième place pour le Nhap Mon Quyen (premier enchaînement de techniques) et une deuxième et troisième place pour les ciseaux ceinture bleu mais aussi une seconde place pour le Lao Mai Quyen (enchaînement de techniques 1<sup>o</sup>dang).

Notre section enfants a aussi fait de très bons résultats lors de leur compétition du mois de janvier avec de nombreuses médailles aussi bien en technique qu'en combat.

La fête de la fondation (le grand rassemblement national annuel) s'est déroulée à Toulouse. Celle-ci permet de souder les différentes régions avec son lot de stages, compétitions, festivités et passage de ceintures supérieures. Pas de nouveau haut gradé dans le club cette année, mais de très bons résultats comme une première place en combat ceinture noire et plus, une troisième place pour la compétition par équipe technique ceinture noir et plus, et bien d'autres médailles en combat et technique ceinture bleue.

La saison s'est terminée par le traditionnel passage de grade des élèves à Caudéran, où une fois de plus tous nos pratiquants présentés ont pu obtenir leur nouvelle ceinture. A noter, car cela n'avait pas été le cas depuis plusieurs années, une modification du bureau, avec Malick Gaye passant président et Maxime Hersand trésorier.

**AG – 31 MAI 2024**

## **DANSE AFRICAINE**

Un public fidèle depuis plusieurs années se rend à nos séances chaque lundi soir. 13 personnes étaient inscrites, environ 10 présentes en simultané à chaque séance.

Le transfert dans une vraie salle de danse, début 2023, a fortement amélioré le confort pour les adhérentes.



**AG – 31 MAI 2024**

## **EVEIL CORPOREL EN MUSIQUE**

Pour cette première saison sous ce format, une dizaine d'inscrits, âgés de 2 à 4 ans. Ils ont eu l'occasion de découvrir des gestes basiques, dans un cadre musical et adapté à la petite enfance.

Les séances ont eu lieu à Alice Milliat cette année, puis aux Coqs Rouges après la fin des travaux.

# AG – 31 MAI 2024

## MODERN JAZZ

L'activité se développe, présente depuis plusieurs années dans le catalogue des Coqs Rouges.

Plusieurs créneaux étaient disponibles, pour les enfants, ados et adultes, principalement le mercredi.

A noter, nous sommes passés du Gymnase Alice Milliat, parfois mal chauffé, aux superbes nouvelles salles des Coqs Rouges.

Environ 50 personnes ont adhéré cette saison.

# AG – 31 MAI 2024

## ZUMBA

### Zumba Gold :

J'ai retrouvé des élèves sur l'année 2022-2023, La plupart des élèves perdus pendant le COVID sont revenus. Au début pas évident, mais beaucoup mieux à partir de Février dans une nouvelle salle après les travaux. Pour 2023-24, beaucoup de nouvelles adhérentes.

### Zumba Kids :

Ce cours a connu un véritable engouement comme l'année dernière, il y avait environ 18 adhésions.

Beaucoup d'élèves sont au centre de loisirs et je récupère les enfants directement sur place. C'est très pratique pour les parents, ils sont ravis. Nous avons fait un Gala de danse un vendredi soir. Les enfants et parents étaient très contents et investis. Petit problème de fuite d'eau à l'école, certains cours dehors ou dans des salles de classe, on s'est adaptés.

### Zumba Adultes :

Les personnes sont revenues petit à petit après les années marquées par les mesures sanitaires. Le passage dans les nouvelles salles en cours d'années a fait énormément de bien, et remotivé les troupes parfois à l'étroit dans les salles utilisées provisoirement.

# AG – 31 MAI 2024

## BARRE CONCEPT

La progression du nombre d'adhérents est constante. 30 personnes étaient réparties sur les 3 créneaux disponibles pour cette saison.

Comme d'autres activités, le passage du Gymnase Alice Milliat aux Coqs Rouges a amélioré les conditions de pratique.

# AG – 31 MAI 2024

## GYM FITNESS

### Gym séniors :

4eme année pour la gym sénior ! Elle permet aux personnes âgées d'avoir une activité physique adaptée (travail de renforcement musculaire, équilibre, mémoire, assouplissement et jeux collectifs) les séniors apprécient beaucoup ce cours pour la remise en forme et une meilleure santé, mais aussi pour le lien social, elles sortent de leur isolement et de leur sédentarité. Les séniors ont été frileux la saison précédente, également d'un nouveau confinement, mais des adhérents sont revenus sur l'année 2022-2023.

Bonne entente et le groupe vit bien.

### Gym bien-être :

La gym bien-être a été plutôt demandé par des actifs, lors de cours j'adapte mon cours en fonction des demandes (cours cardio, gym global, pilates, renfo methode de Gasquet...). Quelques adhésions en plus cette année. Groupe fidèle, beaucoup mieux lorsqu'on est passé dans les nouvelles salles plutôt qu'en salle Théâtre.

Stretching : Travail de souplesse. Un peu de retour mais pas plein. En 2023-2024, grosse hausse des adhérents avec l'arrivée en plus de nouveaux locaux qui améliorent nettement le confort pour les séances

# AG – 31 MAI 2024

## PILATES

Problème sur le Gymnase Alice Milliat. Nous étions glacés l'hiver et on étouffait au beau jour. Certains adhérents se plaignaient régulièrement et menaçaient de ne pas se réinscrire si on effectuait les cours dans ce gymnase !

Heureusement, nous avons été transférés en 2022-2023 à Sainte-Eulalie. Les personnes sont ravies par les salles depuis que nous n'allons plus à Alice Milliat.

Rentrée 2023-2024, forte hausse d'adhérents en Pilates.

# AG – 31 MAI 2024

## SOPHROLOGIE

Une année 2022/23 de démarrage avec une nouvelle prof.

Une seule personne inscrite.

Participation aux événements organisée par l'association comme la journée portes ouvertes du 13 mai 2023.

**AG – 31 MAI 2024**

## **TAÏ CHI CHUAN**

Une douzaine d'adhérents pour ce cours qui a lieu le jeudi de 8h30 à 10h15 ;

En effet cette année les deux cours ont lieu le même jour : 8h30 à 9h30 Tai chi, et 9h15 à 10h15 Chi Cong.

De petits effectifs mais une ambiance très chaleureuse.

Cette année, grâce à une adhérente qui propose des visites contées de Bordeaux, nous nous sommes retrouvés avec d'autres pratiquants pour un parcours guidé et historique autour de l'histoire des femmes à Bordeaux.

Cette année deux personnes non-voyantes grâce au partenariat avec les Coqs, ont pu rejoindre le groupe de Chi Cong.



# AG – 31 MAI 2024

## YOGA - MÉDITATION

Pour la saison 2022/2023, l'activité Yoga a réuni près de 80 adhérents. Deux enseignants assurent les cours : je suis présent aux Coqs Rouges depuis 2005, et Nathalie Goldstein nous a rejoint il y a sept ans.

Le cours de Méditation a été mis en place depuis la rentrée 2016, le vendredi de 12h30 à 13h30. Il continue de bien fonctionner avec une douzaine de personnes présentes à chaque atelier, certaines personnes déjà inscrites à l'activité yoga (pour qui le cours de méditation fait partie de l'offre), d'autres venant uniquement pour l'activité méditation.

Évènements caritatifs : L'année dernière (juin 2023), j'ai pour la première fois organisé un événement caritatif (atelier Yoga sur le thème du système nerveux) pour récolter des fonds pour l'association « Fury Blondes » qui oeuvre dans la prévention du cancer du sein.

Ce type d'évènement permet de mobiliser un public plus large, et de créer des temps d'échange autour de certaines thématiques et autour de l'engagement social.

Je compte poursuivre ces actions caritatives et ai pour projet d'en faire deux par an dans les années à venir.

On est ici pleinement dans le type d'actions qui correspondent aux missions d'une maison de quartier.

Si l'on veut que cette activité YOGA à fort potentiel continue de prospérer et se développe encore plus, il me paraît donc primordial de mettre en place des moyens pour pouvoir arriver à être référencés au moins sur la première page des moteurs de recherche.

D'autre part, nous rencontrons encore de trop nombreuses personnes qui vivent sur le quartier et qui n'avaient jamais entendu parler des Coqs Rouges.

En effet, à la rentrée, beaucoup de gens arrivent à nous par l'intermédiaire des 2500 flyers que nous distribuons chaque début de saison, mais ils ne savaient pas pour autant qu'il y avait une maison de quartier près de chez eux. La communication est donc à développer sur le quartier et le secteur.

Patrick BOULAN

# AG – 31 MAI 2024

Pour la saison 2022/2023, mes deux cours hebdomadaires ont été concentrés dans la même journée, le lundi, pour pouvoir partager la salle bien être avec les autres activités en vue de la fin des travaux de nos locaux (avant c'était un cours le lundi et un cours le jeudi). Cette situation propose moins d'options pour les élèves des années précédentes.

Cette année, nous avons compté avec 23 inscrits, plus quelques élèves inscrits pour les cours de mardi et vendredi qui viennent pour récupérer des cours en cas d'impossibilité de venir pendant ces horaires. Cette flexibilité est très appréciée par nos élèves.

Les inscrites ont été bien assidus et très contents aussi de pouvoir compter avec les cours en ligne ou en différé pour pouvoir participer malgré les contraintes de chacun. Entre 4 et 8 personnes en ligne le lundi matin.

J'envoie systématiquement les cours enregistrés de lundi à tous les élèves pour leur pratique personnelle et c'est bien apprécié.

Quelques points négatifs de cette période : Quelques problèmes avec le chauffage de la salle pendant les jours d'hiver qui nous a mis dans l'inconfort plusieurs fois et aussi des problèmes avec la connexion internet.

Une très belle année pour le Kundalini yoga du lundi, je reste très motivée pour la suite !

Plusieurs nouveautés en vue pour la rentrée 2023-2024.

Nathalie Goldstein

# AG – 31 MAI 2024

## YOGA PRÉ ET POST NATAL

Pour la saison 2022/2023, la section Yoga pré et postnatal a ouvert un nouveau créneau en vue de son succès depuis son ouverture.

Cette année, nous avons compté avec une quarantaine d'élèves.

Elles ont été bien assidues et très contentes de pouvoir compter avec les cours en ligne ou en différé pour pouvoir continuer avec le yoga jusqu'à la fin de la grossesse, notamment quand les déplacements ne sont pas toujours évidents ou les rdvs médicaux les empêchent de venir.

Une très belle année pour le yoga périnatal, je reste très motivée pour la suite !

Nathalie Goldstein

Je reçois régulièrement de très beaux messages de la part des élèves après leurs accouchements, c'est très motivant ! Je voulais vous partager quelques-uns :

*“Bonjour Nathalie, T. est né ce matin à 7:45, après un bel accouchement, en pleine conscience ! Je t'envoie dans les jours qui viennent plus de nouvelles pour partager avec les filles du yoga prénatal. Un grand merci à toi pour tout. Bises, E.”*

*“Hello Nathalie, Notre petit G. est né hier soir et c'était une expérience magique. Tout s'est vraiment bien passé. J'ai pensé à RESPIRER, à un peu faire des sons pendant les poussées, (et pas besoin de péridurale !). J'ai fait des mouvements de bassins pendant les contractions, voilà je dis MERCI au cours de yoga prénatal !! Merci et à très vite pour les cours postnataux ! C.”*

*“Coucou Nathalie, Je n'ai pas pu venir au cours d'hier matin pour une bonne raison, j'avais un bon début de contractions qui ont bien continué toute la journée pour nous amener à la naissance de notre petite J. ce matin à 11h34 ! Tout va très bien, merci pour tous tes bons conseils notamment respiration et méditation qui m'ont bien aidé pendant la longue période des contractions avant pose de péridurale. J'ai adoré mon accouchement ! A très vite pour le yoga post natal :) V.*

**AG – 31 MAI 2024**

## **ANIMATION LOISIRS**

Une toute petite section en termes de nombre d'adhérents. La population, essentiellement composée de seniors, se réunit chaque jeudi pour jouer à divers jeux de société (jeux de cartes, scrabble et bien d'autres).

**AG – 31 MAI 2024**

## **ARTS PLASTIQUES**

La saison passée s'est bien déroulée. En tant que nouvelle professeure d'artsplastiques, les anciens élèves m'ont très bien accueillie et ont apprécié mes cours. J'ai eu de très bons retours de la part des élèves sur le contenu et la qualité de mes cours.

En aquarelle, les élèves se sont d'ailleurs réinscrits cette année.

Le cours de peinture technique mixte n'a pas bien fonctionné, j'ai dû supprimer un des deux cours, celui du jeudi soir. Peut-être aurait-il fallu plus de communication sur cet atelier ? Mais ma collègue Véronique, qui a repris ce cours cette année, a pu remplir ce créneau grâce à ses connaissances et à ses anciens élèves.

Le cours de dessin tous publics aurait pu également accueillir plus d'élèves. Mais cette année, ce cours que je destine uniquement aux adultes, est plein, grâce au bouche à oreille.

Pendant les journées portes ouvertes, les visiteurs ont été attirés par les ateliers "initiation à l'aquarelle" que j'ai animés, ce qui a permis de nouvelles inscriptions cette année.

**AG – 31 MAI 2024**

## **BIEN VIVRE DANS MON QUARTIER**

L'activité a repris avec une nouvelle intervenante, Christel. Ces ateliers, destinés aux Seniors, leur permet de conserver un lien social avec divers ateliers, et des sorties organisées notamment au cinéma.

Il s'agit d'une initiative commune avec les autres maisons de quartier.

# AG – 31 MAI 2024

## COUTURE

Notre association les chiffons font font a proposé deux créneaux horaires par semaine. Vendredi soir de 18h30 à 20h30 et samedi de 11h à 15h. Au début de l'année il y a eu 25 inscrits et à la fin de l'année, 20 seulement venaient régulièrement.

Nous avons eu à organiser 10 ateliers spécifiques avec des formateurs extérieurs. Ces ateliers spécifiques sont : broderie traditionnelle , broderie avec ruban de soie, patwok, macramé, perlage.

Nous avons fait venir sur place un technicien pour faire la révision de nos machines. On a réalisé des ouvrages en commun : banane, sac à tarte,

On a fait deux visites du marché St-Michel pour dénicher les bons plan des tissus.

On a organisé des visites dans des marchés de créateurs (fait main) .

On fait une réparation de deux matelas tapis de la salle de motricité (entre aide entre les couturières et les responsables de la salle de motricité)

En janvier et en fin juin il y a eu repas avec les adhérents et les formateurs extérieurs.

Tous les ateliers spécifiques sont aussi ouverts aux non adhérents, mais nous en avons eu que 5 .

# AG – 31 MAI 2024

## ECHECS

L'activité échecs 2022-2023 s'est déroulée du mercredi 14 septembre 2022 au mercredi 28 juin 2023, soit 33 séances de 3 heures.

Elle accueillait les enfants de 9h à 10h30 et les adultes de 10h30 à 12h.

6 enfants et 3 adultes ont participé régulièrement à cette animation composée de jeu et d'apprentissage de techniques pour les plus jeunes et de cours plus formels pour les adultes.

L'objectif chez les enfants était de les initier dans un esprit de découverte afin de développer leur goût pour ce jeu aux multiples facettes et aux dimensions ludiques, sportives, scientifiques et artistiques.

La bonne humeur et le plaisir de se retrouver chaque semaine primaient souvent sur le jeu lui-même. Il s'agissait à chaque rencontre de conserver une ambiance à la fois joyeuse et studieuse.

Le récit de légendes autour de la naissance et de l'évolution du jeu agrémentait les séances et alternait avec des conseils de jeu plus pratiques.

Chacun a progressé à son rythme en tirant un bénéfice de ces rendez-vous hebdomadaires grâce au caractère éducatif et formateur de ce jeu passionnant. Le cours pour les 3 adultes était plus précisément axé sur leurs questionnements et sur la manière de progresser. À la suite de sa suppression cette saison pour privilégier deux niveaux d'enfants, 2 des 3 adultes ont décidé de continuer à suivre un enseignement dans une autre structure tandis que le 3ème n'a renoncé qu'en raison d'un problème de compatibilité d'emploi du temps avec l'horaire des cours.

Le virus a pris !

Vivement de nouvelles aventures sur l'échiquier !



# AG – 31 MAI 2024

## MUSIQUE

Une nouvelle intervenante, Monique Maison, encadrera l'activité cette saison. Plusieurs pratiques individuelles et collectives étaient proposées, des tous petits avec l'éveil musical, aux plus grands (piano, chorale...).

Des stages ont également été organisés pour la première fois pendant les vacances scolaires.

# AG – 31 MAI 2024

## THEÂTRE

Une année 2022/2023 riche encore pour les ateliers théâtre qui ne cessent de grandir.

- 3 groupes ados : 32 adhérents au total sur 34 maximum
- 4 groupes enfants : 42 enfants au total sur 48 maximum

Une très belle fréquentation et investissement des enfants.

De belles représentations de fin d'année données dans la salle polyvalente.

Une proposition toute nouvelle de stage théâtre qui affichent quasiment complet à chaque fois et permette un bénéfice à l'association.

Le succès des ateliers nous amènera à recruter de nouveaux intervenants et multiplier les propositions d'ouverture d'ateliers pour la saison 2023/2024 afin de répondre à la demande.

Sarah Gabillon et Juliana Spadotto nous on rejoint cette année et assure les cours enfants et ados des Mardis et Jeudis + remplacements si besoin.

L'objectif pour l'année prochaine serait :

- L'ouverture d'un nouveau créneau enfants le Mercredi
- L'ouverture d'un atelier-Impro ados

2 appels à projet de la Ville de la Bordeaux également remporté en 2023 pour :

- Un projet de Théâtre social avec l'UNADEV qui se déroulera en Mars 2024
- Un projet d'atelier Théâtre Sénior en lien avec la RPA de Magendie à la rentrée 2024

# AG – 31 MAI 2024

## THEÂTRE IMPRO

Bonjour à tous.tes.

Le nombre d'inscrit.e.s 2022/2023 = 15.

Animateur ? Gautier Pras, moi quoi ;-)

Le système mis en place consiste en jouer un spectacle d'impro par mois d'octobre à Juin en lieu et place de l'atelier.

Une forme d'atelier spectacle. Les spectacles ont pu se jouer de temps en temps au Pub Lord Lion, aux souhaits des inscrits.

Et selon la disponibilité du Pub. Car la mise à disposition de leur salle en sous/sol est gratuite. Les spectacles le sont généralement aussi, gratuits.

Si pas au Pub c'est dans la jolie salle théâtre, dans la plupart des cas. L'équipe est allée jouer deux fois en extérieur sur Bordeaux, à l'invitation d'autres équipes associatives.

A noter l'achat de maillots de Match d'impro qui ont permis de recevoir fièrement l'Alligator (impro Union Saint Bruno) à deux reprises :

En mai lors du Festival des Arts à la Coqs et pour l'inauguration officielle de septembre.

Merci à ceux qui ont rendu cet achat et ces rencontres possibles.

L'atelier d'impro adulte nommé Coqs Rouges impro Club s'est vu également développer une relative autogestion de sa com° par une page facebook et un compte instagram.

A l'heure actuelle l'atelier compte 14 inscrit.e.s. Une dizaine sont les mêmes que l'année passée.

L'effectif est majoritairement féminin. Le moral est toujours bon à l'impro Quant au côté financier, comme tous les ans, le budget impro est maîtrisé

Je vous souhaite une bonne suite d'assemblée générale.

Au plaisir.

Gautier pour le Coqs Rouges impro Club

# AG – 31 MAI 2024

## POLE JEUNESSE

La saison 2022-2023 a suivi la précédente sur les mêmes bases, Le personnel du Pôle Jeunesse était constitué de 25 personnes physiques pour 12 E.T.P. (Equivalents Temps Plein).

Les structures Jeunesse prises en charge par les Coqs Rouges avec le soutien de la Mairie de Bordeaux et de la Caisse d'Allocations Familiales n'ont pas changé pour cette saison :

- 3 Accueils périscolaires, 4 Accueils de Loisirs (dont 2 pendant certaines vacances scolaires) et 3 pauses Méridiennes (PAM) (pour un total de 370 dossiers d'enfants à gérer),
- dans 2 écoles maternelles : Solferino et Argonne,
- dans 2 écoles élémentaires : Henri IV et Saint-Genès Bordeaux.

Une passerelle est possible le mercredi entre l'accueil de loisirs Henri IV et les activités sur Moulereins (football et tennis) sous réserve que la famille règle la cotisation (football ou tennis) en plus de la journée entière d'accueil de loisirs.

Au mois de mai 2023, nous avons permis pour la 4<sup>ème</sup> année consécutive des (ré)inscriptions à distance par mail (utilisation d'une adresse électronique spécifique) ; le système de gestion administrative, géré avec le logiciel EXCEL, est une charge très importante pour le secrétariat et doit absolument évoluer pour permettre une gestion au jour le jour des paiements des familles et des présences des enfants.

Félicitations à l'ensemble des salariés du Pôle Jeunesse pour leur adaptabilité tout au long de cette année pour combler le manque des RH dans les accueils périscolaires.

# AG – 31 MAI 2024

## ***Stages de l'année 2022-2023***

En plus des Accueils de Loisirs ouverts aux 3/5 ans dans les écoles Argonne et Solferino, voici les stages Multisports que l'association a proposés aux 6/11 ans pendant les vacances par l'intermédiaire de Frédéric GALI, assisté par deux éducateurs en apprentissage en BPJEPS APT (Mathilde DUROSELLE et Jimmy MARING) :

- deux semaines de stage *Multisports* pendant les vacances de la Toussaint 2022 au Siège
- deux semaines de stage *Multisports* pendant les vacances de février 2023 au Siège
- deux semaines de stage *Multisports* pendant les vacances de Pâques 2023 au Siège et au gymnase Alice Milliat,
- 4 semaines de stages *Multisports* du 10 juillet au 04 août 2023, ces semaines se sont déroulées sur le domaine de Moulereys.

Ces stages Multisports, inscrits dans la durée par Frédéric GALI, accueillent et ravissent toujours beaucoup d'enfants et sont des encouragements à continuer.