

Villars, le 16/11/2016

Présents : S.LECERF, N.NOBLET, N.BERNARD, G.TRIILIAT, A et JP.DESBOTTES,
J CONTASSOT, T.SEGURA, L.CANNARD, G.TRILLIAT

Excusés : J.SEVE, D. PETIT

Ordre du jour :

1. Point sur les inscriptions de ce début d'année

29 nouveaux adhérents, 81 inscrits sur la saison, pour info sur la saison 2013/2014, il y avait 41 inscrits. Les effectifs sont en nette hausse !

Point de vigilance à avoir sur l'accueil des débutants.

Les identifier et leur proposer de rester au stade avec le coach pendant que les autres font l'échauffement.

Meilleure prise en charge en termes de conseils et d'accompagnement => but les aider à progresser et veiller à ce qu'ils ne se découragent. Le coach pourrait leur proposer et leur expliquer ce qu'ils devront faire en deuxième partie d'entraînement.

Dans la deuxième partie de l'entraînement tout le monde se retrouve sur la piste et chacun travaille sur le plan d'entraînement du coach.

Nous conseillons aux nouveaux arrivants de venir régulièrement aux entraînements pour progresser et avoir pour objectif de faire l'échauffement de 20 minutes tous ensemble au bout de quelques mois.

Saison prochaine organisation d'un pot d'accueil pour l'intégration des nouveaux, et un travail sur les différents niveaux du groupe.

2. Téléthon

Venez courir avec nous pour le téléthon le 02/12/16 au stade de rugby à partir de 18h00 jusqu'à 20h00 vin chaud offert. Recette et préparation vin chaud (Nathalie ,Nelly)

Participation libre

Affiche spécifique à mettre dans commerce et club sport (Jean Jacques)

3. Tenues Courir en Dombes

ERIMA : 35 € débardeurs et 43 € maillots + 150 € logo en sérigraphie, commande dans un magasin de running pas d'engagement contractuel mais plusieurs échantillons commandés.

EREA : 24,80 € pour 25 unités minimum logo inclus commande sur un site internet de running. EREA est nettement moins cher.

Ghislaine se charge de demander échantillons afin de vérifier si qualité des produits EREA correspond à celle d'ERIMA. Le bureau se décidera rapidement en comparant les échantillons.

4. Communication sur le site de la commune

Avant 1^{er} Décembre transmettre à la mairie une photo et un article à mettre jour pour le club avec la mention de l'adresse internet du site par Suzie.

5. Projet vestes (coupe vents)

EREA : 57 € par veste pour minimum 25 pièces

Demande échantillon => Ghislaine

Le bureau décidera lors de la prochaine réunion.

6. Projets courses 2017 course du club

Proposition Sortie club annuel: Trail de l'Ardèche le 21 MAI 3 distances 10, 23,41 Km St Martin d'Ardèche

=> Nathalie se renseigne pour les hébergements.

Course à venir :

Jogg'iles (MIRIBEL), Ganatrail(GENAY) et course des lumières(CHATILLON)

7. Questions diverses

Partenariat LEPAPE : Le bureau valide le partenariat avec Lepape par contre tous les membres de Courir en Dombes doivent donner leur accord pour communiquer leurs coordonnées (Suzie fait un sondage).

La réunion de bureau s'achève à 20h30 avec la poursuite de la commission du Duo

Dombes qui prépare la course du club le 5 mars 2017.

Prochaine réunion prévue le mercredi 18 janvier 2017.

Dates importantes à retenir

- Vendredi 2 décembre : Téléthon
- Lundi 9 janvier : Galette des rois
- Dimanche 5 mars : Duo Dombes
- Week-end 20 et 21 mai : Trail des gorges de l'Ardèche

Les prochaines courses

- Le 19/11 Marathon, semi et 12 kms du Beaujolais
- 20/11 Jogg'iles
- 26/11 Ganatrail à Genay
- 08/12 Course des lumières à Châtillon sur Chalaronne