



**SALLANCHES  
PASSY  
ATHLETIC  
CLUB**

1976...

En 2016, le SPAC a **40** ans !

Pour fêter ça, on lui a offert un nouveau logo...



# Ordre du jour

Rappel de la situation en début de saison

Bilan moral du club

Rapport d'activité de la saison

Rapport financier

Objectifs et projets saison 2016 2017

## Rappel de la situation en début de saison

### **Points positifs**

Nombres de licences = 197

Un bilan économique sain et équilibré

12700 € au 31 août 2015

### **Nos inquiétudes**

Loyer de la salle de sport ( 4600€/an )

Pas d'action réelle du club pour rentrer des fonds

# Bilan moral du club

## Remerciements

Aux Communes pour les subventions



A nos partenaires pour leurs aides matériels



A nos généreux donateurs



### **ADM Industrie**

Assemblage Decoupe Mecanique  
428 Avenue du Môle, 74460 Marnaz

## A nos entraineurs



**Cyril FONTAINE**



**David MARTIN**

## Aux parents

présents lors des compétitions et des entraînements

## Aux bénévoles



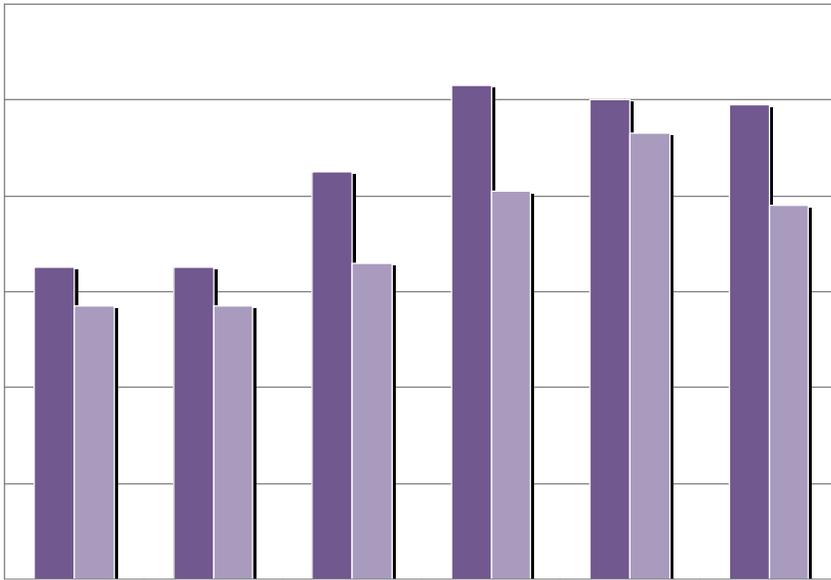
**Armelle PERRIN**



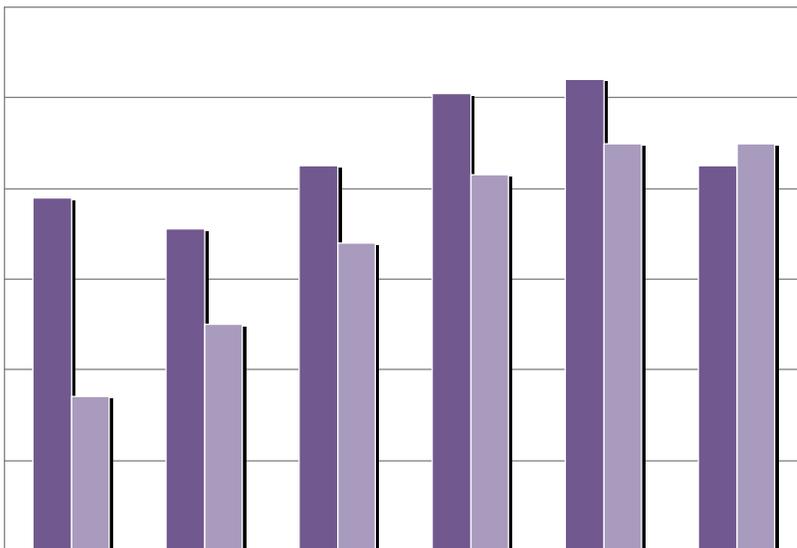
**Marc JEAN**

C'était la dernière année pour Armelle qui aura accompagnée Cyril lors des entraînements et des compétitions. Ainsi que Marc notre trésorier depuis 10 ans

## Répartition homme / femme de 2011 à 2016



## Répartition enfants /adultes de 2011 à 2016



# Rapport d'activité de la saison

SALLANCHES/PASSY/SAINT-GERVAIS

## 100 jeunes athlètes au Parc thermal

Samedi après-midi, le Sallanches Passy Athletic Club (SPAC) organisait une compétition réservée aux jeunes sur le plateau sportif du Parc thermal du Fayet. Une centaine d'enfants des catégories évolutives et pousses (de 6 à 10 ans) du Spac, de Cluses Athlétisme et de l'Entente Athlétique de l'Arve (Annemasse-Bonnevillain) ont participé à cette rencontre de district. Ils ont été accueillis par Anthony Dubois-Brouhin, vice-président du Spac, et Cyril Fontaine, entraîneur, aidés par une dizaine de bénévoles.

**40 ans d'existence**  
Le club présidé par Yoann Trichard fête cette année ses 40 ans. Il a été créé en 1976 par Claude Brossier, Mick Gaudi-Fray et Michel Dubry, faisant suite à l'US Mont-Blanc Athlétisme, dont la création était antérieure de quelques années, qui s'entraînaient au Parc Thermal et à Sallanches. Les jeunes avaient déplacé plusieurs équipes à cette rencontre de district qui s'est disputée par équipes de huit athlètes sur divers ateliers d'initiation aux trois principales spécialités de l'athlétisme : la course, les lancers et les sauts.

Dans le gymnase étaient travaillés les courses de sprint, divers lancers, le saut en longueur, le saut à la perche et un parcours sportif complet. Profitant du temps printanier, les entraîneurs ont eu la bon-

ne idée d'utiliser les installations extérieures pour une épreuve d'endurance sous forme de relais. Un nombreux public est venu encourager les enfants.

La prochaine rencontre est prévue dans deux semaines à Faverges avec la présence de tous les clubs du département.

P.-L.Z.

Horaires des entraînements : jeunes : mercredi de 14 heures à 18 heures et vendredi de 17h45 à 19 heures au Parc thermal. Adultes : lundi de 19h30 à 20 heures (Parc thermal), mercredi de 18 heures à 20 heures et vendredi de 19h15 à 20h45 (stade de Sallanches).



Les jeunes pousses du Spac avec Anthony Dubois-Brouhin. Photo de P.L.Z.



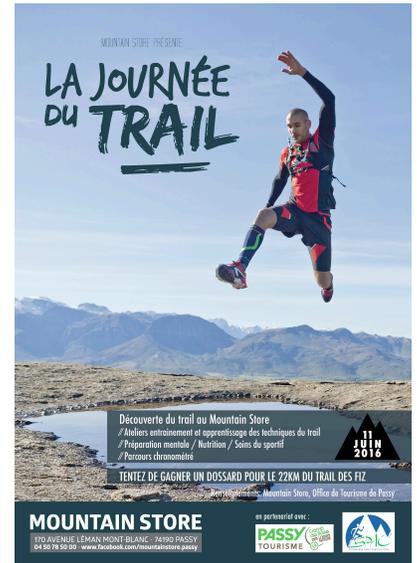
Moment délicat : le passage de relais à l'atelier d'endurance. Photo de P.L.Z.



Concentration intense avant de lancer le "médecine ball". Photo de P.L.Z.

Organisation compétition enfant  
le 19 mars

Participation à la journée du trail le 11 juin



Fête du SPAC 21 mai  
53 binômes enfants / parents



Organisation du relais des quais

Balisage du Trail des Fiz



# On peut mieux faire ...

## Utilisation du site internet



Nous disposons en plus d'un compte Facebook, d'un site internet créé en septembre 2015. Ce site n'a pas été suffisamment utilisé cette saison 2015 2016, il doit devenir le point de relais du club pour les entraîneurs, le bureau, les licenciés et les parents. Il doit être mis à jour régulièrement et servir de vecteur de communication avec l' 'extérieur' : c'est-à-dire les communes, les entreprises locales, les athlètes qui arrivent dans la vallée.

A mettre en place en 2016 :

- Planning des entrainements renseigné Cyril et David => plus de mail et plus d'oublis, c'est le point de départ pour augmenter les connections au site
- Un Blog pour les licenciés
- Un planning des compétitions enfants=> pt de RDV, lieu, heure etc..., plus de papier qui se perdent, les infos sont anticipées.
- Un support de communication avec la section jeune
- Un site pour le covoiturage sur les compétitions

## Communiquer plus efficacement



Sur les évènements organisés afin de solliciter un maximum de monde



## Organiser les déplacements sur les compétitions

# Rapport financier

## Bilan financier 2015 2016

Etat du compte au 30 septembre 2015

**12 700.00 €**

<b>RECETTES</b>		<b>DEPENSES</b>	
<i>LICENCES - enfants / Adultes</i>	7 000.50 €	<i>FFA / LARA / CDA74 / OMS</i>	5 774.50 €
<i>MAILLOTS / TENUES</i>	420.00 €	<i>MAILLOTS /Tenues</i>	268.90 €
<i>STAGE ENFANTS</i>	1 922.00 €	<i>STAGE ENFANTS</i>	1 579.00 €
<i>SUBVENTIONS Passy / Sallanches</i>	3 838.00 €	<i>FACTURES entraineur</i>	7 637.50 €
<i>SUBVENTION Conseil</i>	400.00 €	<i>SECRETARIAT -Timbres / Internet</i>	100.80 €
<i>Don STE ADM</i>	2 500.00 €	<i>MUTATION LICENCES</i>	2 601.00 €
<i>partenariat materiel Mountain store</i>	2 457.85 €	<i>ASSURANCE</i>	141.61 €
<i>INTÉRÊTS BANQUE</i>	74.59 €	<i>FRAIS BANCAIRES</i>	97.85 €
<i>BUVETTE</i>	116.60 €	<i>VIE SOCIALE - pot / renc parents /enf -</i>	1 040.78 €
<i>DIVERS</i>	37.50 €	<i>LOGO TENUES</i>	621.40 €
Relais des quais 2016	850.00 €	<i>MATERIELS SPORTIFS</i>	522.68 €
		<i>RELAIS DES QUAIS</i>	90,78 €
		<i>RENCONTRE DE SECTEUR</i>	109,84 €
		<i>Location salle 3eme trim 15</i>	4 128,00 €
<b>TOTAL</b>	<b>19 617,04 €</b>	<b>TOTAL</b>	<b>24 714,64 €</b>

**resultat -5 097.60 €**

**Sur le compte au 30 JUIN 7 602.40 €**

Pour la première fois cette saison, le club a payé la salle et de la piste du Parc Thermale, cette location était initialement prise en charge par les communes ... Or depuis le fonctionnement en communauté de communes, nous ne bénéficions plus de cet avantage.

Il est à souligner que l'effet rétroactif de cette location a été annulé et pris en charge par les maires de Passy et Sallanches pour éviter au club de une facture de plus de 9000 € de septembre 2013 à juin 2015

**BUDGET PREVISIONNEL SPAC ANNEE 2016 – 2017**  
**DU 01/10/2016 au 30/09/2017**

PREVISION LICENCE		PRIX	Etat des comptes au 1er juillet 7602,4		PART FFA		
			RECETTES	DEPENSES			
12	90		Baby Athlé	1 080,00 €	Part FFA/LARA Baby Athlé	0,00 €	
25	95		Licences Eveil Athlé	2 375,00 €	Part FFA/LARA Eveil Athlé	1 490,75 €	59,63
15	95		Licences Poussin	1 425,00 €	Part FFA/LARA Poussin	894,45 €	59,63
15	105		Licences Benjamin	1 575,00 €	Part FFA/LARA Benjamin	1 038,45 €	69,23
5	105		Licences Minime	525,00 €	Part FFA/LARA Minime	346,15 €	69,23
10	110		Licences Cadet	1 100,00 €	Part FFA/LARA Cadet	700,30 €	70,03
5	110		Licences Junior	550,00 €	Part FFA/LARA Junior	350,15 €	70,03
30	110		Licences senior	3 300,00 €	Part FFA/LARA senior	2 100,90 €	70,03
55	110		Licences veteran	6 050,00 €	Part FFA/LARA veteran	3 851,65 €	70,03
172			<b>TOTAL LICENCES</b>	<b>17 980,00 €</b>	<b>TOTAL PART FFA</b>	<b>10 772,80 €</b>	
			STAGE ENFANTS	3 000,00 €	STAGE ENFANTS	2 700,00 €	
			SUBVENTIONS / DONS	4 300,00 €	FACTURE ENTRAINEUR	8 537,50 €	
			Avec 500,00 de subvention pour relais des quais				
			BALISAGE/BUVETTE	600,00 €	SECRETARIAT	120,00 €	
			RELAIS DES QUAIS	850,00 €	RELAIS DES QUAIS	50,00 €	
			INTÉRÊTS BANQUE	70,00 €	FRAIS BANCAIRES	13,00 €	
					MATERIEL SPORTIF	550,00 €	
			Autres actions et sponsoring ?	3 500,00 €	DEPLACEMENTS	2 000,00 €	
					RENCONTRE DE SECTEUR	220,00 €	
					COMITE DES FÊTES/OMS	45,00 €	
					ASSURANCE	105,00 €	
					VIE SOCIALE	500,00 €	
					Location salle	4 128,00 €	
			<b>TOTAL</b>	<b>30 300,00 €</b>	<b>TOTAL</b>	<b>29 741,30 €</b>	

resultat  
Sur le compte au 31 JUIN

**558,70 €**  
8 161,10 €

Pour assurer cette équilibre financier il est indispensable que le club pérennise son partenariat et en trouve d'autres, pour la section jeunes par exemple.

Organise des événements simples visant à rentrer des fonds : relais des quais, relais de Passy

Modifie les adhésions :

baby	né(e) en 2011 et 2012	80 € sans licence	
Ecole d'Athlé :	né(e) en 2008 et 2010	95 € licence découverte	
Poussin(e) :	né(e) en 2006 et 2007	95 € licence découverte	
Benjamin(e) :	né(e) en 2004 et 2005	105 € licence compétition	
Minime :	né(e) en 2002 et 2003	105 € licence compétition	
Cadet (te) :	né(e) en 2000 et 2001	110 € licence compétition	
Junior :	né(e) en 1998 et 1999	110 € licence compétition	
Espoir :	né(e) 1995 à 1997	110 € licence compétition	
Sénior :	né(e) en 1976 et 1994	110 € licence running	135 € Licence compétition
Vétérans :	né(e) 1977 et avant	110 € licence running	135 € Licence compétition

# Objectifs sportifs

10 km de cluses

Semi marathon d'Annecy

Challenge départemental de course en montagne

Les 5 courses Everest :

01-05-2016 : La Grimpée du Laudon

26-06-2016 : La Dent d'Oche

10-07-2016 : La Grimpée du Môle

20-08-2016 : Le Bélier

25-09-2016 : La Grimpée du Pays Rochois

Championnat de France de course en montagne

Participer à une course en sortie club

Choix d'une course multi format pour permettre à un maximum de licenciés de participer L'un des objectifs du club sera également de créer un peu plus de convivialité lors de ces déplacements en prenant en charge les déplacements ( 2000 € de budget ) et parfois partiellement certaines inscriptions aux courses. Cette prise en charge sera décider en fonction des courses, du nombre d'inscrit et de l'état de nos comptes bien entendu.

# Fonctionnement

## Modification des entrainements adultes

## Mise en place d'un créneau débutant adultes

creneau du jeudi soir de 18h30 à 20h

### **Destiné :**

les personnes qui n'ont jamais couru  
celles qui ne sont pas sportives mais qui veulent s'y mettre  
celles qui veulent se remettre au sport ( après un arrêt maternité par exemple )  
celles qui courent déjà avec nous mais qui peinent  
celles qui souhaitent le faire en détente et qui n'ont pas d'objectifs en compétition

### **Objectifs**

Leur donner l'envie de continuer : les fidéliser  
Leur donner les moyens de progresser  
Peut être les faire participer à un 10 km par exemple  
Découverte des différents types de terrains

### **Comment**

Avec un plan d'entrainement adapté ( préparer et communiquer le programme ... renforcement musculaire pour "s'adapter" à la course, savoir s'étirer après l'effort )  
Avec un plan d'entrainement varié ( différents types de terrain : plat, chemin, dénivelé, piste )  
Avec des groupes de niveau ( connaitre les motivations et les envies de chacun pour s'adapter )

### **Rôle de l'entraîneur**

Etre très pédagogique en apportant le POURQUOI ( pourquoi du renforcement musculaire sur la ceinture abdo ? pourquoi le travail en cote ? pourquoi le VMA )  
Échauffement avec eux  
Ne pas courir avec eux pendant les exercices pour les regarder, savoir les encourager, les corriger, les remotiver !  
Penser à sans doute changer le RDV des entraînements

## Mise en place d'un créneau baby athlé

## Création de différentes commissions au sein du bureau

# Organisation d'événements

Organisation d'une course pour le  
SPAC

....

Organisation d'un évènement visant à  
rentrer des fonds

Soirée dansante

Relais des quais à Sallanches

Proposition d'un relais à Passy

avec notre partenaire Mountain Store

Braderie ou troc du sport

....

Toutes ces propositions ne sont pas figées, elles font partie d'idées remontées par des licenciés ou des parents, les volontaires et leaders sont les bienvenus pour prendre en charge ou aider. Toutes les autres propositions seront bien accueillies.

# Les résultats adultes

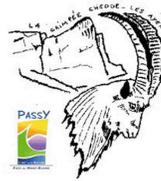
## SECTION ADULTES

90 courses/an



40 podiums

Nombreux finisher



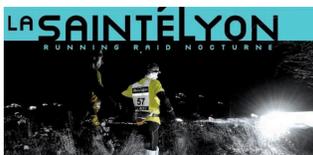
Courses locales



Haute savoie



En FRANCE



Et bien d'autres...



ÇA FAIT DU BIEN DE SE  
FAIRE DU BIEN EN FAISANT  
DU BIEN À UNE ASSOCIATION  
QUI FAIT DU BIEN !

TU PEUX  
LE REVIRE ?



# Election du bureau

President: Yoann TRICHARD

Trésorier : David MUFFAT MERIDOL => nouveau tresorier

Secrétaire : Nadine VILLEGAS

Vice Président : Anthony DUBOIS BROUTIN

Vice trésorier : Cyrielle BUZZOLINI => nouvelle trésorière

Vice Secrétaire : Magali VUICHARD

## **Membre du bureau**

Corinne TRAVAILLOT

Marc ZANELLI

Michel DUBY

Renaud AIT

Julie CHABOUD

Aline SCHMITT

Joël PONCET

Bettina VARIN => nouvelle membre

Astrid ARTUS => nouvelle membre

Etienne NOE => nouveau membre

Johanna NOE

## **Membres sortants**

Marc JEAN

Pascale BUFFARD