

## Le club de gymnastique volontaire vicoise, un club en plein essor !



Le club de gymnastique volontaire vicoise, un club en plein essor !

**Samedi 1er février 2025, les licenciés de la Gymnastique Volontaire Vicoise étaient convoqués pour leur assemblée générale ordinaire de la saison 2023-2024.**

Le quorum étant atteint, cette assemblée a pu se dérouler normalement en présence de Mme la maire Barbara Neto, M. Bachellerie élu à la vie associative et sportive, M. Christian Lavigne président d'Honneur.

En préambule de son **bilan moral et d'activités**, Lyliane Lacoste, présidente, rappelle les difficultés rencontrées lors de la rentrée de la saison 2023-24 en raison des changements de jours et d'animateurs pour les cours de gym.

Finalement, le club a pu assurer les cours de gym lors du premier trimestre de la saison avec 3 cours de Patricia, 1 cours de Julien et 2 cours de Marie-José : 6 cours en place contre 7 la saison précédente.

La marche nordique encadrée par Mapie et les marches du mardi accompagnées par des bénévoles avaient repris avec toujours la même fréquentation et la même motivation.

Fin décembre en raison de l'arrêt d'un coach pour motifs personnels, le club a dû repartir à la recherche d'un coach avec une fois de plus changement de jour et d'horaire.

Enfin, à partir de janvier, les trois activités du club – gym, marche nordique, marche du mardi- ont pu se dérouler dans le partage du sport et de la convivialité.

Début 2024, afin de rajeunir la moyenne d'âge du club et à la demande de certaines, le club a décidé de mettre en place, à l'essai, un septième cours de gym proposant les nouvelles tendances : step, body pump, abdo-fessiers, circuit training, etc. Pour ce faire, un 4e coach a été recruté, Frédéric, maître Nageur et policier municipal à la Mairie de Vic.

D'avril à juin 2024, le club a donc ouvert les cours de gym en « Cours Découvertes » pour les 7 cours en place en espérant avoir des retombées positives à la rentrée de septembre 2024, ce qui a été le cas.



Comme lors des saisons précédentes, le club a participé à différentes manifestations sur Vic : Journée des Sports et des Associations en septembre 2023, encadrement des marches organisées pour Octobre Rose, le Téléthon et le vide-grenier des arènes.

A été organisée également une sortie de fin de saison : un week-end au Pays Basque les 22 / 23 juin 2024.

**Le bilan financier** présenté par la trésorière, Evelyne Bergamo, présente un résultat bénéficiaire.

La Présidente remercie la Mairie de Vic ainsi que la Caisse Locale Groupama pour l'attribution des subventions.

**Le bilan moral et la bilan financier sont approuvés à l'unanimité.**

## Une rentrée 2024 dans de bonnes conditions et des projets pour 2025 :

La rentrée en septembre 2024 s'est déroulée sans problème particulier .

Patricia animatrice /coach depuis plus de 30 ans qui animait trois cours avait informé le club, que pour raisons personnelles, elle n'encadrerait plus qu'un cours sur trois. Le club a donc sollicité Marie-José déjà coach dans le club depuis la saison dernière pour ce remplacement qu'elle a accepté.

Les « Cours Découvertes » proposés par le club en fin de saison dernière d'avril à juin 2024 ont permis de rajeunir la fréquentation du club, objectif recherché en juin 2024. Le club a donc pu proposer les 7 cours déjà en place en juin 2024, encadrés par les 4 coaches/animateurs présents la saison dernière.

La marche nordique toujours encadrée par Mapie a vu son nombre de licenciés augmenter. Ces marches ont toujours lieu le samedi matin de 10h à 12h.

Les marches du mardi sont toujours proposées pour deux heures soit de 9h à 11h ou de 14h à 16h suivant la saison. Elles sont encadrées par des bénévoles et rencontrent toujours autant de succès avec une fréquentation stable.

La marche nordique comme les marches du mardi se pratiquent sur des parcours autour de Vic et ses communes environnantes.

Pour cette saison 2024-2025, le bureau du club avait décidé de maintenir les tarifs 2023-2024 en comptant sur l'augmentation du nombre de licenciés : une quarantaine a rejoint le club.

**Aujourd'hui , le club compte 140 licenciés en cours de Gym, 27 en marche nordique, 31 en marches du mardi soit 198 licenciés au total.**

Depuis la reprise des activités en septembre 2024, le club a participé comme d'habitude à différentes manifestations sur Vic : la journée des Sports et des Associations en septembre 2024, la Fête de la St Matthieu de Vic en association avec Les Galopins pour une marche, les journées Octobre Rose et Téléthon en novembre 2024.

Le club prévoit une marche de printemps sur une journée avec pique-nique pour les trois activités réunies et une sortie de fin de saison du club courant juin 2025 qui reste à définir

**En conclusion**, la présidente a remercié au nom de l'ensemble du bureau,les animatrices/coachs –Patricia, Mapie, M.José, Clément et Frédéric- pour leur travail effectué tout au long de la saison avec professionnalisme, bonne humeur et convivialité. Elle a remercié également tous les membres du bureau qui oeuvrent au bon fonctionnement du Club.



**Christian Lavigne, président d'honneur** a pris la parole pour inciter les adhérent(e)s à s'engager dans l'association, des postes s'étant libérés au conseil d'administration. Il a rappelé qu'il a commencé avec 13 personnes au judo et une dizaine à la gym à l'époque où les deux clubs fonctionnaient ensemble. Aujourd'hui, le club compte 198 licenciés, c'est un bel essor qui mérite que l'on consacre un peu de son temps à faire vivre le club.



**Barbara Neto, maire**, se réjouit de constater la belle vitalité d'une association parmi les plus importantes de la ville. Elle a assuré le club du soutien constant de la mairie.

Interrogée sur la vétusté du COSEC, elle a répondu qu'en effet, la question de sa rénovation complète ou de son remplacement se posera prochainement mais pas dans l'immédiat.



Un diaporama présentant les activités et les animations de l'année 2023/2024 a ensuite été présenté.



Puis a eu lieu **le tirage de la tombola**, une bien sympathique nouveauté qui a permis aux chanceux de gagner des lots « sportifs » bien entendu !

Enfin, la Présidente a invité tous les licenciés présents et les intervenants à cette assemblée à déguster les galettes afin d'élire les reines et/ou rois 2024 autour du pot de l'amitié.



Et si vous souhaitez rejoindre le club, il n'est pas trop tard !



**COURS DE GYM  
au Cosec  
Salle Judo  
MARCHE NORDIQUE  
& MARCHÉ**

A partir du lundi 09  
septembre 2024

“  
Venez nous rencontrer à la  
Fête des sports et des  
associations  
Samedi 07.09.2024  
de 9 à 13h  
à la Salle Polyvalente de  
Vic-Fezensac  
”

# Gymnastique volontaire vicoise

VENEZ DECOUVRIR NOTRE CLUB & NOS 3 ACTIVITES PROPOSEES

## ACTIVITE « GYMNASTIQUE »

Tarifs annuel : 105,50 € / 1 cours semaine  
121,50 € / 2 cours semaine (et plus)

### LUNDI - MARIE-JOSE

9h / 10h - Gym douce

10h15 / 11h15 - Gym douce & renforcement musculaire

### LUNDI - CLEMENT

19h / 20h - Cardiotraining - Renforcement Musculaire Full Body

### MERCREDI - FREDERIC

19h / 20h - Renforcement Musculaire - Abdofessier - Step - Body Pump -  
Circuit Training

### JEUDI - PATRICIA

9h30 / 10h30 - **SPORT SANTE** Cym Douce Entretien - Méthode Pilates -  
Activités Body Zen : mouvements en musique, prise de conscience totale  
du corps

### JEUDI - MARIE-JOSE

19h / 20h - Circuit Training & Cardio

### SAMEDI - MARIE-JOSE

9h30 / 10h30 - Renforcement Musculaire Global

## ACTIVITE « MARCHÉ NORDIQUE »

Tarifs annuel : 151,50 €

Tous les Samedis de 10h à 12h, encadrée par Mapie / Animatrice.  
Il est fortement conseillé de prendre contact avec elle pour le matériel et  
le lieu de départ qui varie afin de diversifier les chemins.

## ACTIVITE « MARCHÉ »

Tarifs annuel : 49,50 €

Tous les Mardis de 9h à 11h ou de 14h à 16h en fonction de la saison.  
2 circuits sont proposés 5/6 km et 8/10 km autour de Vic ou des communes  
environnantes avec un départ Place du Collège à Vic-Fezensac.  
Un calendrier de ces marches est établi et distribué à chacune/chacun.

## Renseignements :

### COURS DE GYM :

<b>MARCHÉ NORDIQUE :</b>	Patricia : 06 33 27 59 92	<b>MARCHÉ :</b>
Mapie : 06 01 39 28 74	Frédéric : 06 26 17 63 64	Aline : 06 84 30 86 27
Jean-Marc : 06 08 73 05 08	Clement : 06 32 24 83 17	Rinaldo : 06 82 13 58 02
Lyliane : 06 72 84 73 80	M.José : 06 14 77 54 78	Lyliane : 06 72 84 73 80
	Karine : 06 51 36 51 46	
	Lyliane : 06 72 84 73 80	