Retraite Sportive d'Aurillac

PROJET ASSOCIATIF

Association de la Retraite Sportive d'Aurillac

2024-2028

Actualisé en juin 2026

PROJET ASSOCIATIF

Association de la Retraite Sportive d'Aurillac

2024-2028

SOMMAIRE

Introduction

A. **Présentation de la Fédération Française de la Retraite Sportive** page 3

Une fédération qui développe le concept de **«Sport Senior Santé»** et qui met en œuvre **un projet fédéral pour tenir le cap**

B. **L'association de la Retraite Sportive d'Aurillac** page 4

1) Organisation générale : coordonnées, administration, bénévoles, commissions, site informatique…
2) Nombre d'adhérents : évolution de 2023 à 2026.
3) Les grands axes d'action de la RS Aurillac
4) Le détail des activités de la RS Aurillac : triptyque de la rentrée septembre 2025
5) Les partenaires de la RS Aurillac
6) L'état des finances de la RS Aurillac
7) Etat des lieux de la Retraite Sportive d'Aurillac

C- **LE PROJET ASSOCIATIF de la RS Aurillac : son plan d'actions** page8

Tableau 1 : Promouvoir et développer la pratique sportive des personnes de + de 50 ans
Tableau 2 : Valoriser le concept « Sport Senior Santé » ADN de la Fédération
Favoriser le lien social et la convivialité – participer à la vie locale
Tableau 3 : Accroître le rayonnement et la visibilité du club

D- **SUIVI et ÉVALUATION** page 12

ANNEXES :

annexe 1 : organigramme de la RS Aurillac
annexe 2 : programme des activités de la RS Aurillac
annexe 3 : état des finances de la RS Aurillac
annexe 4 : cursus des formations fédérales d'animateur/animatrice

Le club de la Retraite Sportive d'Aurillac (RSA) est **une association loi 1901** dont l'objectif est de développer, au profit des seniors de plus de 50 ans, le «sport bien-être» dans un esprit de convivialité, de bienveillance et de solidarité sur le territoire de la commune d'Aurillac et même au-delà.

La RS Aurillac est une association multi-sports qui compte, au 1er mars 2026, **600 adhérents .**

Le club est affilié au Comité Départemental de la Retraite Sportive du Cantal ainsi qu'à la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS) dont il partage les valeurs ainsi que les orientations de son plan fédéral 2024-2028.

Il est également membre de l'Office Municipal des Sports (OMS) de la ville d'Aurillac.

A) Présentation de la Fédération Française de la Retraite Sportive

À propos de la FFRS ***Une fédération unique en son genre***	
○ **Plus de 92 000 licenciés** ○ **374 clubs** ○ **54 activités physiques et sportives habilitées** ○ **8 500 animateurs et administrateurs bénévoles** ○ **80 instructeurs fédéraux** ○ **7 Comités régionaux** ○ **49 Comités départementaux** ○ **1 Comité directeur de 24 membres (dont un médecin fédéral)** ○ **Une DTN (**Direction Technique Nationale) ○ **Une quinzaine de salariés administratifs et techniques**	○ **Des commissions :** - Communication & partenariats, - Développement territoires, - Éthique et déontologie, - Finances, - Formation, - Projet sportif fédéral, - Réglementation, - Santé/Médicale, - Systèmes d'information. - Sport durable

La Fédération de la Retraite Sportive est une **fédération multisports** adaptée aux plus de 50 ans, dont le siège fédéral est situé à Sassenage (38). Depuis quarante ans, son objectif principal est **d'accueillir le plus grand nombre de seniors pour leur permettre de préserver leur capital santé et de bien vieillir.**

La FFRS est **agréée par le** ministère chargé des Sports, reconnue d'**utilité publique** et membre associée du Comité national olympique sportif français (CNOSF**).**

- En portant des valeurs de **convivialité** et en permettant la pratique **d'activités collectives**, la Fédération favorise ainsi la création et l'entretien d'un lien social.
- La FFRS, c'est aussi un concept unique : le **«Sport Senior Santé»** selon lequel une pratique sportive régulière, modérée et diversifiée permet de retarder les effets du vieillissement.

- Elle déploie également un vaste et ambitieux **programme de formation** à destination des seniors qui encadrent bénévolement la pratique des licenciés.
- Pour s'inscrire dans une réelle volonté de poursuivre ses innovations dans le domaine du sport et de la santé et être acteur du plan national **« Sport Senior Santé »,** la FFRS s'associe de plus en plus à diverses recherches scientifiques.

Un projet fédéral pour tenir le cap :

AXE 1 : Développer **l'activité physique et sportive des seniors** et en permettre l'accès au plus grand nombre.

AXE 2 : Développer le Sport Santé en proposant **des activités physiques pour tous les niveaux de pratique.**

AXE 3 : Accompagner **l'évolution des structures fédérales** en les adaptant aux contraintes et évolutions du terrain.

AXE 4 : **Accroître le rayonnement fédéral** par la promotion de notre savoir-faire et de nos singularités.

B) L'association de la Retraite Sportive d'Aurillac

1) Organisation générale

Créée en 1991 et affiliée depuis lors à la **Fédération Française de la Retraite Sportive,** l'association de la Retraite Sportive d'Aurillac s'inscrit pleinement dans le concept **«Sport Senior Santé»** développé par la fédération. Celui-ci vise à sauvegarder le plus longtemps possible la santé des seniors de plus de 50 ans en les faisant profiter des bienfaits d'une pratique sportive régulière au regard des effets positifs du sport sur la santé et favorables en matière de lutte contre la maladie et la sédentarité.

En incitant les seniors à pratiquer régulièrement plusieurs activités physiques par semaine, si possible complémentaires, dans un climat détendu et bienveillant, la RS Aurillac contribue au maintien **du lien social** et porte haut **les valeurs de plaisir et de convivialité.**

Il s'agit, pour le club, de proposer à ses adhérents de multiples activités à combiner afin de travailler, autant que possible, endurance, force, équilibre, mémorisation, souplesse, coordination, adresse.

Ce concept **« Sport Senior Santé »** permet de préserver et de renforcer le capital santé des adhérents, de favoriser leur équilibre physique, mental et social, de retarder les effets du vieillissement et de leur permettre de rester autonomes plus longtemps.
L'association n'est pas engagée dans la recherche de la performance et n'organise aucune compétition.

Le siège social de l'association se situe à l'adresse suivante :
Maison des Associations, 8 esplanade Michel Crespin, 15000 AURILLAC.
Adresse mail : *rs.aurillac@orange.fr*
Site Internet : www.rs-aurillac.com
Contact avec les adhérents :
-- **accueil aux permanences** tous les mardis de 10h à 12h au bureau de l'association (3ème étage de la Maison des Associations) sans rendez-vous
-- **accueil téléphonique** durant ce créneau horaire au 04 71 62 07 38

L'association de la Retraite Sportive d'Aurillac se situe dans une ZFRR (Zone France Ruralité Revitalisation).

Le club offre à ses licenciés **un programme annuel de 20 activités sportives** qu'ils peuvent pratiquer en toute sécurité grâce à un encadrement qualifié :

- ***50 animateurs*** fédéraux diplômés ;
- ***un éducateur sportif*** mis à disposition par la ville d'Aurillac ;
- ***trois animatrices sportives*** professionnelles ;
- ***des maîtres nageurs sauveteurs*** pour les séances d'aquagym.

Pour l'exercice de ses missions, la RS Aurillac bénéficie de l'appui et de l'engagement **d'une équipe de bénévoles** élus par l'AG qui œuvrent au sein des assemblées suivantes:

- ***un bureau composé*** de 8 membres ,
- ***un comité directeur*** de 19 membres – *voir organigramme en annexe 1*

Pour optimiser son fonctionnement, le comité directeur de la RS Aurillac a mis en place **trois commissions :**

- ***la commission randonnées*** pilotée par une animatrice, référente rando pour le club .
- ***la commission séjour*** animée conjointement par :
  -- une animatrice (séjour neige), référente séjour pour la FFRS et chargée, à ce titre, de centraliser les travaux de la commission.
  -- un animateur (séjour de printemps).
- ***la commission communication,*** composée de cinq membres, chargée de créer et de faire vivre **le site internet du club.**

Le bureau s'est aussi doté **d'une équipe technique,** en lien direct avec la cellule FFRS360 de la fédération qui a digitalisé le process « Inscription et Gestion des Licences » et qui développe actuellement les modules « Formation » et « Séjour ». Elle est composée des membres habilités à saisir sur le logiciel fédéral FFRS360 : présidente, vice présidente, secrétaire, secrétaire adjointe, trésorier, trésorière adjointe et référent formation.

2) ÉVOLUTION DU NOMBRE D'ADHÉRENT(E)S de 2023 à 2026

	2023-2024	**2024– 2025**	**2025- 2026**
Nombre d'adhérents	540	590	601

L'effectif de la RS Aurillac progresse régulièrement, signe que le club répond à une attente locale, source de valorisation et de motivation pour les dirigeants bénévoles, signe aussi que de

plus en plus de seniors s'adonnent à une ou plusieurs activités physiques afin de prendre soin de leur santé et ainsi mieux vieillir.
Ce contexte positif donne un sens fort à l'action des bénévoles de l'association.

3) LES GRANDS AXES D'ACTION de la RS Aurillac:

- **promouvoir et développer la pratique sportive** pour les personnes 50 ans et plus. Cette pratique s'entend hors compétitions en respectant les règles techniques et sécuritaires des disciplines sportives concernées.
- **valoriser le concept « Sport Senior Santé »** : maintien des capacités physiques des seniors grâce à la multi-activité proposée par le club et à la régularité de leur pratique.
- **favoriser le lien social et la convivialité** par la pratique, en groupe, d'activités physiques et sportives et par l'organisation d'actions culturelles et festives.
- **accroître le rayonnement et la visibilité** du club.

4) DÉTAIL DES ACTIVITÉS SPORTIVES proposées par la RS Aurillac :

1	Activ'mémoire	11	Pilates
2	Aquagym	12	Randonnée
3	Badminton	13	Raquettes à neige
4	Danse	14	Ski alpin
5	Gymnastique douce	15	Ski de fond
6	Gymnastique maintien en forme	16	Stretching
7	Gymnastique tonique	17	Swing golf
8	Gymnastique de plein air	18	Tennis de table
9	Jeux de boules	19	Tir à l'arc
10	Marche nordique	20	Yoga

Les activités se déroulent en semaine et en journée dans différents quartiers de la ville
*(voir le triptyque présentant le programme2025/2026 en **annexe 2).***

La cotisation de base s'élève à 53€ pour l'année 2025-2026 et inclut la licence fédérale, les assurances obligatoires, les parts CORERS* et CODERS** et la part club**.** Elle donne le droit de participer à ***14 activités sportives*** encadrées par des animateurs fédéraux bénévoles.
Un supplément de cotisation est demandé aux adhérents souhaitant s'inscrire aux disciplines sportives encadrées par des MNS ou des animatrices professionnels rémunérés (Aquagym, Gym et Yoga).

*CORERS : Comité Régional de la RS ** CODERS : Comité Départemental de la RS

5) PARTENARIAT de la RS Aurillac:

L'Association de la Retraite Sportive d'Aurillac est soutenue par **la ville d'Aurillac** et par **Aurillac Agglo** pour la pratique de ses activités sportives et pour sa participation aux animations de la ville (Printemps des Générations, Samedis des Associations…).

Elle est accompagnée par **l'Office Municipal des Sports** (OMS) d'Aurillac dans le cadre d'une aide au financement de la formation de ses bénévoles.

L'Association de la Retraite Sportive d'Aurillac bénéficie de l'appui du Comité Départemental de la Retraite Sportive **(CODERS)** notamment en matière de formation des animateurs bénévoles aptes à encadrer, en toute sécurité, les activités sportives de la RS.

Elle bénéficie de l'accompagnement informatique, technique et juridique du personnel de la **Fédération Française de la RS**. Elle met en œuvre au plan local les priorités fédérales.

Elle décline également les orientations du Comité Régional de la Retraite Sportive **(CORERS)** dans le domaine Sport Senior Santé et s'inscrit dans le dispositif déployé en faveur des seniors par la région Auvergne Rhône Alpes.

Elle travaille aussi en collaboration avec **les trois autres clubs RS du département** (Ytrac, Monsalvy et Mauriac) lors de l'organisation de rencontres inter-clubs où sont naturellement promues les valeurs de Sport Santé, de cohésion, d'entre-aide et de fraternité, lesquelles constituent l'ADN du mouvement de la Retraite Sportive.

6) DONNÉES FINANCIÈRES de la RS Aurillac

(voir détail compte de résultat pour l'année 2024/2025 en annexe 3)

Budget au 31 août 2025 **169 961,26 €**

Dont valorisation bénévolat 31/08/25 **43 961,94€** **au**

7) ÉTAT DES LIEUX de la RS Aurillac :

- **Au plan interne,** l'association présente des atouts mais aussi doit faire face à des faiblesses identifiées pour lesquelles elle met en place des actions correctives.

  - ***Les forces de la RS AURILLAC :***

-- Une entière adhésion de la RS Aurillac aux valeurs de la FFRS

-- Une équipe de **60 bénévoles** (50 animateurs/animatrices et 10 administratifs) investie, motivée et compétente.

-- La **multi-activités** qui profite à l'ensemble des capacités du corps humain.

-- La labellisation du club dans le domaine **«Sport Senior Santé»** lui offrant une meilleure visibilité et valorisant la qualité de ses prestations.

-- Un **cursus de formation** de qualité gratuite et qualifiante proposée par la Fédération, se traduisant par la délivrance d'un brevet fédéral, et permettant aux animateurs/animatrices bénévoles d'encadrer les activités sportives proposées aux adhérents en toute sécurité.
(voir le schéma d'ensemble des formations en annexe 4)

-- Un **appui précieux du CODERS15** (Comité Départemental de la RS du Cantal) en matière de formation et de diffusion des orientations fédérales allié à une coopération bilatérale efficace fondée sur un fort relationnel de confiance.

-- Un **soutien efficace de la Fédération** de la RS engagée dans le sport durable.

-- Une **écoute attentive** de la part des élus de la commune d'Aurillac et de la communauté d'agglomération du bassin d'Aurillac.

- ***Les axes de progression de la RS***

Un **déficit d'image** au plan national de la Fédération et donc un club qui doit miser sur une **communication locale renforcée** .

Un **bénévolat en difficulté** . Il est de plus en plus difficile de trouver, au sein de l'association, des adhérents acceptant de s'investir pour se former aux fonctions d'animateur fédéral, d'où une réduction des chances de pouvoir ouvrir de nouvelles activités, voire même un risque de suppression de certaines activités. Idem pour le recrutement de bénévoles administratifs, pourtant indispensables au fonctionnement de l'association. Le club doit susciter des vocations.

- **Au plan externe,** la RS Aurillac bénéficie d'opportunités mais doit tenir compte de possibles risques.

- ***Les risques pour la RS Aurillac :***

-- Une **moindre disponibilité des seniors** pour assurer les missions associatives au regard de la responsabilité et de la complexité administrative inhérentes à ces missions. Le recul de l'âge de la retraite est un facteur aggravant de cette démotivation des seniors qui se positionnent plus en consommateurs qu'en acteurs.

-- Le fait que le Cantal soit **un département rural à faible pouvoir d'achat** , les cotisations doivent donc être maintenues modestes pour rester attractives. La RS Aurillac y veille.

-- La **multiplication des structures locales,** autres que le club RS d'Aurillac, proposant aussi des activités «sport-santé» en direction des seniors. Le club peut envisager des partenariats.

- ***Les opportunités pour la RS Aurillac :***

-- Une **augmentation du nombre de seniors** dans un département rural à la population vieillissante, et une forte volonté de leur part de s'inscrire dans le dispositif «sport-santé» qui consiste à mieux vieillir grâce à l'activité physique.

-- Une **politique «sport santé»** reconnue par les pouvoirs publics et les institutionnels locaux .

C) LE PROJET ASSOCIATIF de la RS Aurillac : son plan d'actions

Le projet associatif de la RS Aurillac présente les axes stratégiques de l'association pour la période 2024-2028 (olympiade actuelle) déclinés en objectifs, lesquels se traduisent par un certain nombre d'actions à réaliser. Des indicateurs y sont associés.

Ce projet associatif fait l'objet d'une **actualisation régulière.** Il est complété au regard des actions réalisées durant les différentes saisons sportives et adapté aux nouvelles priorités qui peuvent se dégager en cours de mandat associatif, le tout étant soumis pour **approbation à l'assemblée générale** .

Pour une bonne lisibilité du projet, il se présente sous forme de **trois tableaux distincts** déclinant chacun un des trois grands axes retenus : les objectifs, les actions déjà mises ou à mettre en œuvre, et les délais de réalisation souhaités pour chacune des actions de ce projet .

Axes stratégiques	Objectifs	Actions	Période de réalisation	Indicateurs Résultats
Promouvoir et développer la pratique sportive des personnes de + *de* 50 ans	Veiller à offrir aux adhérents **un panel d'activités** organisées et encadrées en toute sécurité par des animateurs qualifiés	***1)*** *Renforcer en permanence les effectifs des* ***équipes d'animateurs diplômés :*** *Inciter à la* ***détection des profils*** *correspondants au niveau de chaque section* ***et accompagner*** *les futurs animateurs : référent formation et tuteur*	2024-2028	*Nombre d'animateurs formés :* ***-- 2 en 2024/2025*** *(tennis de table, rando montagne)* ***-- 2 en 2025/2026*** *(activ'mémoire, rando montagne/raquettes)*
		2) *Désigner* **un référent formation** et l'intégrer au bureau	Saison sportive 2024-2025	*Nom du référent formation :* ***Yves Guillaume*** *Décisions en CD le 6/12/24 et 14/3/03/25*
		3) *Inciter les assistants bénévoles des animateurs à 1)se former aux* **premiers secours citoyens** *et 2)à s'engager par la suite dans le* **cursus de formation** *des animateurs.*	2025-2028	*Nombre d'assistants formés au secourisme :* ***--1 en 2025/2026*** *(jeux de boules) Nombre d'engagement en formation :* ***0***
		4) *Mettre en place une* **charte de l'adhérent** *rappelant notamment le volet sécurité des activités*	Saison sportive 2025-2026	*Date de l'adoption de la charte : validée par le CD* ***le 21/11/2025***
	Envisager **l'ouverture de nouvelles activités** au regard des attentes des nouveaux retraités	***5)*** *Analyser* ***les*** **conditions de réussite** *de ce(s) projet (s) : --formation de nouveaux animateurs, recherche de professionnels, --obtention de créneaux horaires de la part des gestionnaires publics d'équipements sportifs.*	2026-2028	*Nombre de contacts pris :--* ***-- 6*** *en escalade* ***-- 2*** *en pickleball Nombre de nouvelles activités proposées :* ***2*** *projets à l'étude : pickleball escalade*
	Participer aux **animations de la ville d'Aurillac** pour faire connaître la Retraite Sportive et ses valeurs	***6)*** *Être présent lors des* **Samedis des Associations** *avec une démonstration de l'activité dansée.* *Poursuivre le partenariat avec la municipalité dans le cadre* **du Printemps des Générations,** évènement intergénérationnel (avril-juin de chaque année)	2024-2028	*Nombre de bénévoles actifs au Samedi des Associations :* ***-- 7*** *en septembre 2024* ***-- 16*** *en septembre2025 (y compris danseuses)* *Nombre de conventions de partenariat signées :* ***-- 2*** *en 2025 et 2026*

Axes stratégiques	Objectifs	Actions	Période de réalisations	*Indicateurs résultats*
Valoriser le concept sport senior santé, ADN de la fédération	Engager le club dans le process d'obtention du **label fédéral Sport Senior Santé**	***6)*** *Réactualiser et faire approuver le projet associatif de l'association, préalable nécessaire à la constitution du* ***dossier de demande de labellisation***	*Saison sportive 2025-2026*	*Date de dépôt du dossier* ***14 avril 2026*** *Labellisation niveau 3 obtenue le* ***5 juin 2026***
	Inscrire le club dans les orientations de la **politique de sport santé** promue par le CORERS AURA	***7)*** *Relayer* ***les demandes du CORERS AURA*** *sans délai auprès des référents concernés du club, pour information et action*	*Période 2026-2028*	*Nombre et nature des actions réalisées à la demande du CORERS AURA :* ***sondage en mars 2026 : possible formation régionale « périnée »***
Favoriser le lien social et la convivialité	Soutenir les **manifestations conviviales** organisées par les différentes sections sportives	***8)*** ***Accompagner financièrement et/ou logistiquement les*** *responsables des sections*	*2024-2028*	*Nombre de manifestations soutenues* ***-- 4 (en 2024-2025)*** ***-- 4 (en 2025-2026)***
	Proposer aux adhérents 1)des **séjours** constituant des liens transversaux intersections 2)**des rencontres** inter-clubs	***9)*** *Optimiser le fonctionnement de* ***la commission séjour*** *en adaptant sa composition et en désignant des* ***référents séjours***	*2024-2028*	*Désignation des référents séjour par le CD le :* ***6 décembre 2024*** *Nombre de réunions de la commission séjour* ***--3 (en 2024-2025)*** ***--4 (en 2025-2026)***
		10) *Organiser* ***un séjour d'hiver*** *et un* ***séjour de printemps*** *(entre 45 et 50 participants)*	*2024-2028*	*Nombre de séjours proposés :* ***--2 (en 2024-2025)*** ***--2 (en 2025-2026)***
		11) *Faciliter l'organisation de* ***rencontres inter-clubs*** *et la participation à de telles rencontres*	*2024-2028*	*Nombre de rencontres interclubs :* ***--1 (en 2024-2025 danse)*** ***--1 (en 2025-2026 danse et badminton)***
	Inviter les adhérents à des **séances d'information thématiques** suivies d'un verre de l'amitié	***12)*** *Programmer avec l'aide de partenaires* ***des conférences***	*2024-2028*	*Nombre de séances d'information thématiques programmées* ***--2 (en 2024-2025 sécurité routière)***

Axes stratégiques	Objectifs	Actions	Période de réalisation	*Indicateurs/ Résultats*
Accroître le rayonnement et la visibilité du club	Moderniser **le site internet** de l'association Veiller à une **gestion régulière du site** en actualités et informations	***14)-Constituer une commission communication*** *qui a pour but de :* *a) proposer des solutions de* ***rénovation du site internet*** *de l'association au CD* *b) organiser la* ***publication d'articles et de photos***	*A compter de la saison sportive* *2025-2026* *2024-2028*	*Nombre de réunions* *a) préalables au au déploiement du site internet rénové* ***--7*** *réunions préparatoires avant validation par CD* *b) postérieures à l'ouverture du site (1/11/ 2026)* ***--5*** *réunions pour actualisation du site*
	Développer le volet **« relations avec les médias »**	***15)*** *Identifier et contacter les correspondants locaux de* ***la presse et de la télévision régionales***	*2024-2028*	*Nombre de contacts :* ***--1*** *saison 2024-2025 : (invitation pour AG)* ***--1*** *saison 2025-2026 (invitation pour AG)*
		16) *Leur adresser des articles sur l'activité du club*	*2024-2028*	*Nombre d'articles publiés* ***--1*** *AG 12/9/ 2024* ***--1*** *AG 15/9/ 2025*
	Utiliser la revue de la FFRS: **Vital'news**	***17)*** *Adresser des articles au* ***service communication de la Fédération Française R S***	*2026-2028*	*Nombre d'articles envoyés :* ***1***
	Participer à la **journée départementale (JD)** de la RS **« Rencontres et découvertes »** organisée par le Coders du Cantal	***18)*** *Recenser les* ***animateurs du club volontaires pour encadrer*** *une activité lors de la JD*	*2024-2028*	*Nombre d'animateurs volontaires :* ***--8*** *JD du15 mai 2025* ***--8*** *JD du 07 mai 2026*
		19) – *Inviter les adhérent et recueillir les* ***inscription à la journée 2026***	*2024-2028*	*Date envoi des mails :* ***03/04*** *JD du 15/5/2025* ***07/04*** *JD du 07/5/2026*
		20) *Publier l'information sur le site internet de l'association*	*2024-2028*	*Publication sur le site :* ***--JD*** *du 15/5/2025* ***--JD*** *du 7 /5/ 2026*
	Devenir **partenaire de la région AURA** dans le cadre de son dispositif **« Pass Région Aura »**	***21)-*** *Référencer le club comme* ***partenaire de l'opération régionale***	*2026-2028*	*Date de la convention partenariale :* ***-- 5/2/ 2026***
		22)- *Organiser l'accueil des seniors de 65 ans et plus souhaitant* ***découvrir la Retraite Sportive d' Aurillac*** *(séances découvertes gratuites)*	*2026-2028*	*Nombre de seniors accueillis au titre du Pass Région Seniors :* ***-- 0***

D- SUIVI et ÉVALUATION :

Les actions décrites dans le projet associatif de la Retraite Sportive d'Aurillac sont mises en œuvre par le bureau et les membres des commissions thématiques en lien avec les animateurs référents des différentes sections sportives et présentées régulièrement au comité directeur (CD).

La dernière réunion du CD de la saison sportive est l'occasion de débattre de la réalisation des actions prévues et de réajuster le contenu du projet associatif en fonction de l'actualité et des nouvelles priorités de l'association.

Validé par le Comité Directeur de la RS Aurillac dans sa séance du 12 juin 2026

ANNEXES :

- **annexe 1** : organigramme de la RS Aurillac
- **annexe 2 :** programme des activités sportives de la RS Aurillac
  (présentation sous forme de triptyque)
- **annexe 3** : compte de résultat 2024-2025 – RS Aurillac
- **annexe 4** : schéma du cursus de formation fédérale

Projet associatif 2024-2028
de la Retraite Sportive d'Aurillac

ANNEXES

Annexe 1 : organigramme RS Aurillac

ASSOCIATION RETRAITE SPORTIVE D'AURILLAC

Organigramme 2024/2028

ASSEMBLEE GENERALE ELECTIVE 06/09/2024

COMITE DIRECTEUR 19 membres élus pour 4 ans

Marie BIRAGUE	Jean Marie BOUSQUET	Marie Josée CHAMBON	Martine DELORT	Jacqueline DE PRATO
Yves GUILLAUME	Elisabeth HOULLIER BOUSQUET	Marc LAURET	Jackie MAILLET	Bernard MANHEVAL
Bernadette MATKOVIC	Sylvie NOZIERES	Christiane POUJADES	Chantal RENAUD	Françoise RENOUX
Fabienne RIEHL	Jean Luc ROUVIER	Jocelyne VEROUIL	Jacqueline VIGIER	

BUREAU 8 membres permanents élus

Présidente : Jocelyne VEROUIL

Trésorier : Jean Marie BOUSQUET

Vice Présidente : Chantal RENAUD

Secrétaire : Martine DELORT

Trésorière Adjointe : Sylvie NOZIERES

Secrétaire Adjointe : Jacqueline De PRATO

Membres : Jean Luc ROUVIER Yves GUILLAUME

Référents FFRS :

Adhésions : Martine DELORT Formation : Yves GUILLAUME Tourisme : Elisabeth HOULLIER BOUSQUET

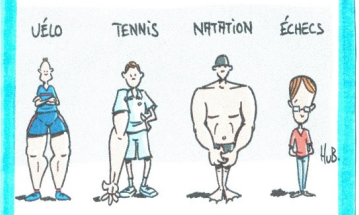
Commissions :

Communication /site Internet : Elisabeth HOULLIER BOUSQUET Séjours : Jean Luc ROUVIER Randos : Françoise RENOUX

Annexe 2 : programme des activités sportives RS Aurillac 2025-2026

RETRAITE SPORTIVE
D'AURILLAC
Saison 2025- 2026

POUR VOTRE SANTÉ, FAITES DU SPORT!



Fédération Française de la Retraite Sportive
Avec le soutien actif de la Ville d'Aurillac

Nos activités sont encadrées essentiellement par des animateurs bénévoles formés par la Fédération Française de la Retraite Sportive agréée Jeunesse et Sports

C'est grâce à ce bénévolat que notre association propose pour un prix modique de nombreuses activités sportives

Randonnées

4 Randonnées de niveaux différents sont proposées
Pour toutes les randos RV au parking Pompidou sauf exception.

Randonnée 1 du lundi

Durée 2 à 3 heures
Rendez-vous à 13h15

Randonnée 2 du lundi

Durée 1h30 environ
Rendez-vous à 13h30

Randonnée du jeudi à la journée

Rando 1 départ à 9h

Rando 2 départ 9h30

Pour toutes les randonnées reportez-vous au site de la RS où vous trouverez le planning, les animateurs de la randonnée choisie, et les informations de dernière minute, d'éventuels changements de programme.

Marche Nordique

Mardi et Vendredi

Horaires et lieux, planning sur le site de la RS

Contact ☎ Isabelle Delfour Labarre 07 50 83 41 90
Jean Pierre Garrouste 06 77 16 59 46

Sous réserve de modifications liées aux conditions sanitaires du moment

* **Pas de séances pendant les vacances scolaires**

Gymnastique

Quelques changements pour cette nouvelle saison :
Vous pouvez choisir 1 ou 2 activités différentes, possibilité d'une 3ème activité à condition que ce soit sur un créneau de Gym Tonique. Pour toutes activités gym une jauge de 40 à 45 personnes (suivant les salles) sera appliquée.

▶ Salle Rue Georges Clémenceau Marmiers

Maintien en forme
Lundi : de 9h à 10h

Tonique
Mercredi : de 9h à 10h
Vendredi : de 11h à 12h

Pilates
Mardi: de 14h à 15h

Douce
Jeudi : de 9h à 10h

Stretching
Lundi : de 10h à 11h et de 14h à 15h

Gym de plein air * (pas de jauge)
▶ Parc Hélitas - Entrée Principale
Mardi et jeudi : de 9h à 10h

Activ' Mémoire

Vivacité salle du Ring
Vendredi: 1er cours de 9h30 à 10h30
Second cours de 10h45 à 11h45
Contacts ☎ Maguy F, Jacquie M, Marc L
06 66 03 35 40 (laissez un message)

Jeux de Boules

▶ Boulodrome Aurillac
Mardi : 14h
Contact ☎ Marc Lauret 06 87 72 30 65

Aquagym *

▶ Centre aquatique de la Ponétie
1 séance par semaine et par adhérent
Lundi : de 11h15 à 12h
Mardi : de 10h30 à 11h15 et de 11h15 à 12h
Jeudi : de 10h30 à 11h15 et de 11h15 à 12h
Vendredi : de 10h30 à 11h15

Activités dansées *

▶ Salle Rue Georges Clémenceau Marmiers
Mardi : de 14h15 à 16h15
Jeudi : de 15h à 17h
Vendredi Rock : de 14h à 16h30

Contact ☎ Colette Delbort 06 87 39 00 66
Christiane Poujades 06 66 69 22 83
Jean-Pierre Vivès 06 71 78 82 78
Mireille Dell'Isola. 06 80 76 81 81

Tir à l'arc

▶ Gymnase Marie Marvingt
Vendredi : de 11h45 à 13h15
Contact ☎ Tir à l'arc Jean Pierre Vivès 06 71 78 82 78

Swin Golf

▶ Stade de Belbex / Route du Collet
Lundi : 14h
Contact ☎ Bernard Hautemayou 07 72 07 50 17

Badminton

▶ Gymnase Marie Marvingt
Mercredi : de 16h30 à 18h00
Contact ☎ Roger Pailhol 06 81 18 78 63

Tennis de table

▶ Gymnase Saint Géraud
Mardi : de 17h00 à 19H00
Vendredi : de 17h00 à 19h00
Contact ☎ M Jo Chambon. 06 30 35 54 92
J-Marie Bousquet 06 77 78 43 86
Jacques Pons 06 77 00 78 99

Ski Alpin

▶ 1 fois par semaine au Lioran en fonction de l'enneigement et de la météo

Contact ☎ Yvette Lissac 06 76 91 67 09
Alain Lissac 06 81 51 30 36
Bernard Hautemayou 07 72 07 50 17

Ski de fond

▶ 1 fois par semaine au Lioran en fonction de l'enneigement et de la météo

Contact ☎ Suzanne Besombes 04 71 47 13 91

Yoga (40 inscrits maximum)

▶ Nouvelle Salle Rue Meallet de Cours
Mercredi : de 10h30 à 11h45
Contact ☎ Jean-Paul Besombes 04 71 47 13 91

SPORT SANTE SENIOR

Inscriptions sur internet à partir du lien disponible sur le site de la RS d'Aurillac :
www.rs-aurillac.com

COTISATION de BASE 53€
Incluant la licence FFRS, les assurances obligatoires, l'adhésion au club, les cotisations au CODERS et au CORERS, L'accès gratuit aux activités suivantes :
ATTENTION : Pour l'Activ' Mémoire et le tennis de table vous ne pouvez accéder qu'à un seul créneau par semaine

2 randonnées lundi *(différents niveaux)*	2 randonnées jeudi *(à la journée, niveaux différents)*
Activ' Mémoire (2 créneaux)	Tir à l'arc
Marche nordique	Jeux de boules
Gym de plein air	Activités dansées + Rock
Tennis de table (2 créneaux)	Ski alpin
Badminton	Ski de fond
Swingolf	Raquettes à neige

AQUAGYM 25€
ATTENTION : Limitée à une seule séance par semaine sur les 6 proposées.
Entrée de la piscine à payer sur place
- Nombre de places limité à 44

GYMNASTIQUE salles Vivacité
1 séance : 51€ 2 séances : 67€. 3 séances : 83€
ATTENTION : Au choix : 1 ou 2 séances différentes par semaine sur les 5 activités proposées.
gym douce / maintien en forme / pilates / stretching / gym tonique. ***Possibilité de prendre une 3ème activité obligatoirement en gym tonique.***
- Nombre de places limité à 40 pour Pilates et gym tonique
- Nombre de places limité à 45 pour Gym douce, maintien en forme et stretching

YOGA salle Méallet de Cours 56€
- Nombre de places limité à 40

ASSOCIATION DE LA RETRAITE SPORTIVE D'AURILLAC
8 ESPLANADE Michel Crespin
15000 AURILLAC
Tél : 04 71 62 07 38
Mail : rs.aurillac@orange.fr
Site : www.rs-aurillac.com
Permanence tous les mardis matin de 10h à 12h au 3ème étage

ANNEXE 3 : compte de résultat 31 août 2025

DÉPENSES	Réalisé 2024/2025	Réalisé 2023/2024	RECETTES	Réalisé 2024/2025	Réalisé 2023/2024
Fonctionnement de la Structure	8 668,74	7 929,05	Fonctionnement de la Structure	10 403,27	10 448,83
Prestations Extérieures	16 752,40	16 299,70	Prestations Extérieures	18 580,00	17 290,00
Séjours organisés par la RSA	64 953,21	60 900,47	Séjours organisés par la RSA	65 481,40	61 297,40
Formation des Bénévoles	523,60	1 341,70	Formation des Bénévoles	192,00	400,00
S/Total Charge de fonctionnement	90 897,95	86 470,92	***S/Total Produits de fonctionnement***	94 656,67	89 436,23
Charges supplétives Salles	24 896,70	19 885,00	Produits supplétifs Salles	24 896,70	19 885,00
Charges supplétives Anim Gym PA	910,00	1 201,00	Produits supplétifs Anim Gym PA	910,00	1 201,00
Dons aux Œuvres	9 294,67	10 002,00	Dons aux Œuvres	9 294,67	10 002,00
Valorisation du bénévolat	43 961,94	*54 999,00*	Valorisation du bénévolat	43 961,94	54 999,00
S/Total Charges supplétives	79 063,31	86 087,00	***S/Total Produits supplétifs***	79 053.31	86 087,00
TOTAL	**169 961,26**	**172 557,92**	**TOTAL**	**173 719,98**	**175 523,23**
RÉSULTAT BÉNÉ-FICIAIRE	**3 758,72**	**2 965,31**			

ANNEXE 4 : schéma du cursus formations fédérales