

**Le 8 novembre 2024**



# AG du CCC du 8 novembre 2024

## Ordre du jour

- 1) Rapport d'activités
- 2) Rapport financier
- 3) Rapport moral du président
- 4) Renouvellement administrateurs
- 5) Vote des résolutions
- 6) La santé à vélo
- 7) Perspectives 2025
- 8) Adhésions et Licences 2025
- 9) Questions diverses
- Conclusion, Apéritif



# Nombre d'adhérents CCC



- 30 licenciés (dont 26 au club)
- 36 adhérents club
- Evolutions licenciés : Paul, Alain T, Jean-Claude  
3 Arrivées : Marie-Claude, René, Pascal
- 30 vélos 19 H et 11 F
- Adhérents : 21 H et 15 F
- Prospects



# Une année 2024 difficile



- La disparition brutale de Paul le 15 février 2024
- Des accidents à vélo: Jacques le 21/03, Michel B le 13/04, Grégory le 1<sup>er</sup> mai et surtout Gérald le 11/05
- Des accidents sans vélo :  
Camille : les 2 poignets !!
- Et aussi des malades qui ne peuvent pas faire de vélo, Jean-Claude, Chantal, Robert



# Sorties pédestres en hiver

## Sortie Culturelle en février

à Tournus et Brancion avec 18 présents le 23 janvier 24.



# Un pique-nique à la Grange du Pin

26 présents le 27 mai 2024

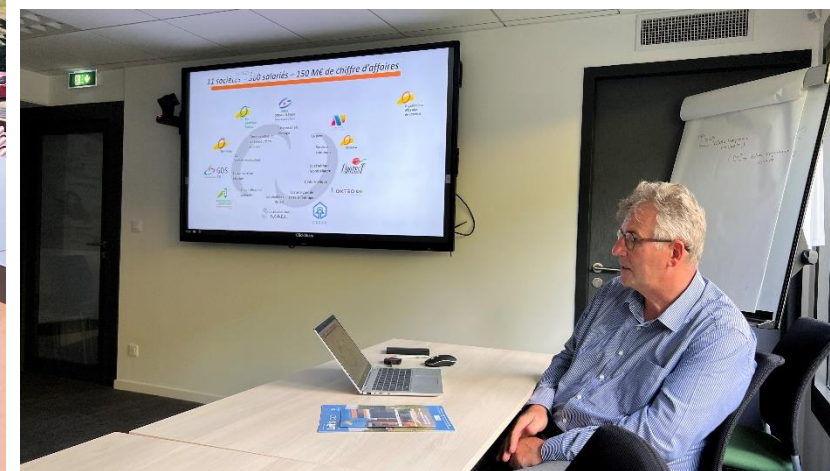
Et la chance d'avoir le soleil pour les quelques heures !!  
Une excellente ambiance conviviale.



# Visite des Organisations d'élevage « OEC »



Nous étions 14 à rendre visite aux OEC aux Soudanières à Ceyzériat le vendredi 24 mai 2024



# COMMUNICATION



- Plaquette de présentation du club



- Recherche de sponsors : U



## Qui sommes-nous ? Le Club aujourd'hui :

Le Cyclo-Club de Ceyzeriat (CCC) est une association avec pour objectif la pratique régulière du cyclotourisme. En 2024 il réunit 36 adhérents dont 30 licenciés pratiquant la randonnée vélo où la parité Homme / Femme est presque respectée. Le club adhère à la Fédération Française Vélo qui fédère 2600 clubs français et plus de 100 000 cyclistes.



- Création d'un compte Facebook du Club

L'histoire du CCC : le club a été créé à Ceyzeriat en 1992. Il avait autrefois une école vélo destinée à encadrer les jeunes à la pratique du vélo. Il a également eu une section VTT qui s'est aujourd'hui constituée en club spécifique « Ceyzeriat Revermont VTT ». Le CCC réunit des cyclistes pratiquant le vélo de route ou/et le Gravel (vélo sur chemin de campagne), vélo classique ou vélo à assistance électrique.

## • Ses activités :

Le CCC organise chaque semaine entre mars et novembre, des sorties hebdomadaires, tous les mardi, jeudi et samedi. Il participe aux randonnées rallyes organisées par les clubs de la FF Vélo. Et dans ce cadre il organise sa randonnée annuelle pendant la fête de la Grand'Margot à Ceyzeriat où sont invités les 2600 clubs français. En 2023 cette randonnée vélo a réuni plus de 300 vélos sur l'un des 3 circuits proposés.





# Les sorties du mardi, jeudi, samedi



Mars à novembre soit 8 mois et 32 semaines

32 semaines \* 3 sorties = 96 randonnées \* 65 km = 6200 km

Participation de 5 à 20 vélos par sortie.



# Point sur les activités CCC 2024



Importante participation aux rallyes 2024 :

**Au moins 14 rallyes avec des cyclos CCC !**

Perrex, le 13 avril, CBCA le 20 avril,  
Marboz le 27 avril, Oyonnax le 4 mai,  
Montagnat le 8 mai, Sennecé  
La Valromeysanne le 19 mai  
Crottet le 20 mai, Montluel le 24 mai,  
Misérieux le 25 mai  
Villardoise 1 juin, Chapelle Thècle 15/8  
La Stéphanoise SAB, 24 août  
CBCA Pays du Cerdon, 21 sept



# Rappel de la participation financière du CCC aux rallyes

Fiche de participation fournie par le CCC



Rallye 5 €

Cyclomontagnardes et SF 20 €

Séjour FFCT 20 €



# Les kilomètres parcourus

Pour les 24 (sur 30 vélos) ayant répondu nous avons parcouru **86 514 km.**

2 FOIS la circonférence de la Terre (39 375 km).

Soit **3 600** km de moyenne.

C'est 15 500 Km de moins que 2023.

9 ont fait plus de 5000 km

9 entre 2500 et 5000 km

6 moins de 2500 km



Participation au Séjour féminines  
à Giron organisé par le **CODEP 01**

26 au 28 avril  
2 participantes

Pour un WE  
Pluvieux.

Une sortie  
jusqu'au col de  
La Faucille,  
Sans pluie !



# Séjour à Naussac (Langogne) du 1 juin au 8 juin 2024

Le Gerbier de Jonc

Les gorges de l'Allier

Les sources de l'Allier forêt de Mercoire

Col des 3 sœurs et de la Croix de Bor

St Cirgue et vallées de Espézonette Vernazon

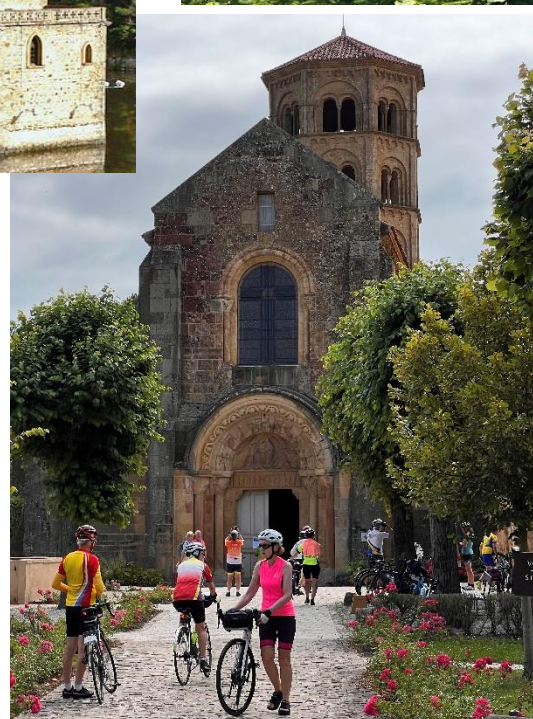
Grandieu avec les orages...



# Participation à la Semaine Fédérale 2024 à Roanne du 20 juillet au 27 juillet



5 participants



# Les sorties déportées 2024

La Pesse Lajoux Prémanon le 3 août



La confluence de l'Ain et Crémieu le 8 août





# La Grand'Margot du 12 octobre 2024

**112** inscrits dont 65 FFCT

28 non licenciés 19 autres fédérations

92 H 20 F

8 Gravel

30 sur le 54 km

74 sur le 82 Km

**20 bénévoles du CCC présents**

**Soit 132 personnes présentes**

CBCA 16

Marboz 8

Cyclo Pays Filière 7

SAB 7

Attignat 6

**25 clubs présents**



# Nos rendez-vous de 2024



## **4 Réunions du Conseil 2024:**

7 nov / 13 fév / 17 sept / 22 oct  
Préparation Grand'Margot,  
Séjours 2024 et 2025 en Provence.

## **Commission Communication**

21 mars 24 : plaquette et sponsors

## **Les 7 Permanences 2024**

11 janvier 24 galette des Rois  
16 février 24 réunion rentrée  
22 mars 24  
3 mai 24  
31 mai 24  
28 juin 24  
20 sept 24



# Les commissions

- Parcours : Daniel, Alain, Michel B
- Convivialité : Camille, Chantal, Evelyne, Ginette, Jacques
- Sécurité responsable : Alain
- Communication : Alain, Jacques, Michel B, Philippe R, Jean-Marie
- Grand'Margot : Alain, Jacques, Jean-Paul, Philippe A, Philippe R, Jean-Marie



# Rapport financier, La Grand'Margot 2024

Philippe ARMAND



	Dépenses en €	Recettes en €	Bénéfice en €
Ravitaillement U Express	284,05		
Saucissons	127,72		
Fromagerie Drom	112,53		
Vin Nouveau	210		
Pain	32,4		
Balisage(Bombes éphémères)	103,58		
Fiches d'inscription, Flyers	48,7		
Rachats/membres	-180,25		
	742,38	824	81,62
Rappel 2023	846	1956	1109



# Rapport financier, Philippe ARMAND



<b>CCC AG 2024</b>	
<b>Recettes en €</b>	
<b>Cotisations Club</b>	<b>525</b>
<b>Licences FFCT</b>	<b>1390,5</b>
<b>Grand Margot</b>	<b>81,6</b>
<b>Maillots</b>	<b>150</b>
<b>Divers</b>	<b>42</b>
<b>Total</b>	<b>2189</b>
<i>Rappel 2023</i>	<i>3082</i>





# CCC AG 2024

## Compte de résultats Année 2024 en €

	Recettes	Dépenses	Solde €
Cotisations club	525		369,5
Licences FFCT + Cotisations club	1390,5	1546	
Budget Convivialité		1054	-1054
Site Internet		129	-129
Grand Margot	82		82
Maillots	150	159	-9
Recettes diverses	42		42
Frais divers		31	-31
<b>Totaux</b>	<b>2189</b>	<b>2919</b>	<b>-730</b>
<i>2023</i>	<i>3082</i>	<i>2814</i>	<i>269</i>



## CCC AG 2024

<b>BILAN</b>	<i>Au 4/11/2023</i>	<i>AU 3/11/2024</i>	Evolution en euros
Parts Sociales	20	20	0
Compte Courant	1265,22	494,52	-770,7
Compte sur livret	3179,29	3257,01	77,72
<b>Total Financier</b>	<b>4464,51</b>	<b>3771,53</b>	<b>-692,98</b>
	-	-	-
<i>Rappel 2021/2022</i>			<b>+ 340,22</b>





# Rapport moral, Jean-Marie NICOLAS



Convivialité

RDV 2024 Calendrier, Galette janvier 2024

Activités hiver 2024 randonnées, visites historiques en 71

Reprise des sorties vélo en mars 24

Séjour à Naussac (Lozère)

Journées déportées au cours de la saison

Gd Margot le 12 octobre avec parcours Gravel





## Point Santé conférence CODEP 01

Intervention de Christine POULARD médecin du sport et d'un kiné du sport.

- 1) Le sport est bénéfique à la santé
- 2) Les risques du sport d'endurance intensif
- 3) Importance d'écouter son corps
- 4) Epreuve d'effort « sportive »
- 5) Autres pathologies
- 6) La nutrition et le sport
- 7) Les étirements



Fédération française de cyclotourisme

SÉCURITÉ À VÉLO

**Les bons réflexes  
pour tous !**

# Perspectives :



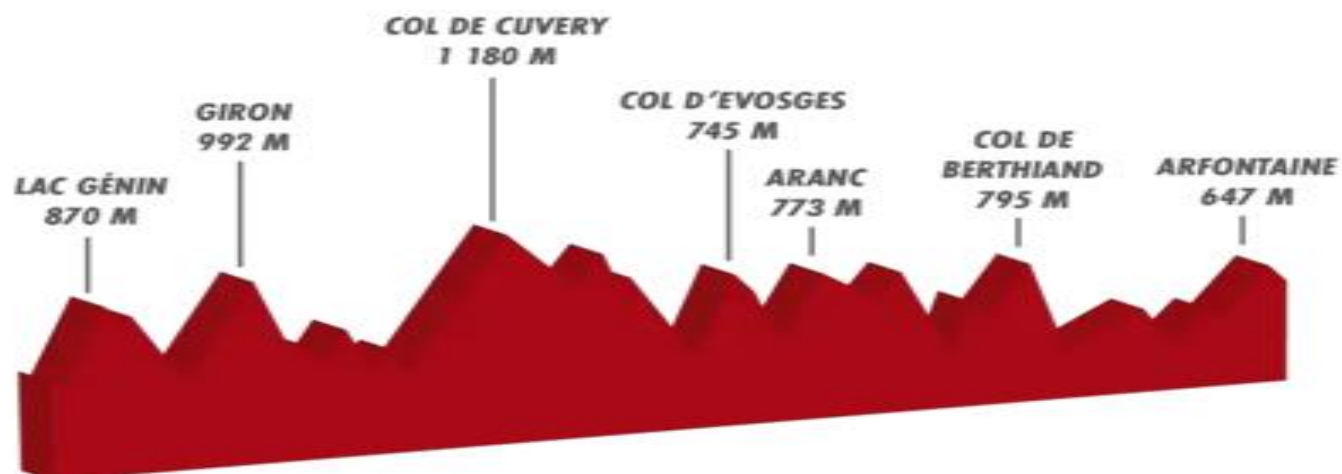
- 1) **Grand'Margot : Voir avec la création des voies vélo Bourg Ceyzeriat**
- 2) **Sorties pédestres cet hiver.**
- 3) **Sortie culturelle début 2025, musée Confluence ?...  
Visite des entreprises de Ceyzeriat ?**
- 4) **Séjour à Gréoux les Bains (Provence) du 1 au 8 juin 2025**
- 5) **Semaine Fédérale à Orléans du 3 au 10 août 2025.**
- 6) **Journées déportées Valromey ? Brionnais ? Jura ?  
toutes idées nouvelles sont les bienvenues ...**
- 7) **Cyclo-montagnardes de la FFVélo**



# Cyclomontagnarde du Haut-Bugey du 07 au 08 juin 2025



avec 215 km 4700 m D+



Cyclo-montagnarde du Vercors 21 et 22 juin 2025 avec 222 km 4949 m D+  
Cyclo-montagnarde du Morvan 28 et 29 juin 2025 avec 225 km et 4288 m D+  
Cyclo-montagnarde des Vosges 5 et 6 juillet 2025 avec 235 km et 4777 m D+

# Licences 2025

Conditions de prise de licences en février 2025, Tarifs :

- Adhésion au club CCC à 15 euros annuels
- Licences Cotisation fédérale 30 € / adulte et 14,5 € pour le second + Assurance 24,5 € par personne (Petit braquet).
- Total par personne  $30 + 24,5 + 15 = 69,5$  € soit par couple 123,5 €
- Plus besoin de certificat médical, nécessité de remplir et conserver le questionnaire santé
- Le formulaire d'adhésion unique au club, rouleurs et membres.



# CONSEIL D'ADMINISTRATION CCC



- RENOUELEMENT DU TIERS SORTANT  
parmi les 11 membres du Conseil.
- 5 membres à renouveler Bernadette, Camille, Chantal, Michel B, Philippe R
- et Alain O démissionnaire
- Elections à main levée.



Nous avons fait 2 fois la circonférence de la terre cet été,  
Ils vont aussi faire 1 tour du monde cet hiver ...



Départ  
Dimanche  
10 novembre  
Vendée  
Globe 2024



40 Imoca engagés  
11 nationalités  
6 femmes