

## **COMPTE RENDU DE LA REUNION CLUB** **vendredi 31 mars 2023**

**Présents** : J. MANDON, O. CASTELLANE, E. GIACOMETTI, M.F. et D. MARCHAL P. MARTIN, F. et B. BALAVOINE, M.P. et C. PASQUAL, B. DELMAU, R. DESMOULIN, J.P. DELERM, A. LAMOURE, G. HOULES, R. CHAILAT, M. COSTES, H. BALTHAZART, J.M. PINAZO, R. PILLET, Y. LAGUESSE, A. NICOLAS, M. NICOLAS

**Excusés** : M. SERY, P. GERACE

**Invité** : Gaetan CONTRINO (Aux bonnes côtes)

### **Présentation étude posturale :**

Notre invité Gaetan, nous présente l'étude posturale dynamique. Une proposition détaillée techniquement et adaptée à chaque cyclo recherchant sa performance alliée à son confort et sa morphologie. L'étude est complète et poussée dans ses moindres détails. La base est informatisée, recoupée par ce qui se faisait auparavant par comparaison, habitude, tâtonnement, empirisme... et tous moyens approximatifs que nous connaissons.

L'étude a déjà été faite par Sauveur, Marie-Françoise et Denis qui nous apportent leur témoignage de leur vécu et du résultat obtenu avec les conseils qui vont bien.

L'étude n'est pas donnée certes, mais avec un regroupement des candidats au sein du club permettrait d'obtenir certainement des conditions intéressantes.

Joint à notre compte rendu les coordonnées de Gaetan.

### **Pâques en Provence à Brantes :**

Henri nous a préparé le menu du week-end à Brantes. Il y en a pour tous les goûts du vendredi au lundi avec un hébergement à proximité.

### **Assurances personnelles et club :**

Marie-Paule et Michel ont suivi une formation « assurance et sécurité » le samedi 25 mars à Ste Tulle, faisant le point détaillé des différentes options proposées.

- Les assurances individuelles sont consultables sur le site de la fédération FFCT dans son espace personnel. Il serait bon que chacun fasse le point de sa couverture au regard de son assurance individuelle, surtout pour le dommage vélo (suivant sa valeur)

- Les assurance club, A, B et B+ sont souscrites en début d'année. Il nous est maintenant proposé une assurance « chapeau » au coût non négligeable de 130 €. Celle ci prendrait en compte la responsabilité civile du club organisateur de sorties, la responsabilité civile des participants licenciés auprès d'une autre fédération, Club Omnisport et Office Municipal des Sports. La question sera évoquée lors d'une prochaine réunion du bureau avec la proposition de sorties, week-end ou séjours organisés par le club.

### **Soirée familiale « bowling » :**

Aurélie nous propose par ailleurs une soirée bowling familiale. Nous recherchons une « bonne âme » qui voudrait bien se proposer pour l'organiser (voir avec Aurélie qui a l'expérience !)

### **Sortie mensuelle et autres :**

Sorties habituelles sans changement d'horaire, Henri nous prépare le menu...

De ce mois d'avril, déjà Pâques en Provence, ensuite, une sortie vers Plan de Cuques à l'occasion de leur rallye et concentration compléterait les possibilités, sachant que nous sommes toujours royalement reçus sur place.

Bien cordialement  
Michel