



AG 21-10-2023

**Activités et Projets
Budget prévisionnel
2023-2024**

Sorties récurrentes

Randonnées :

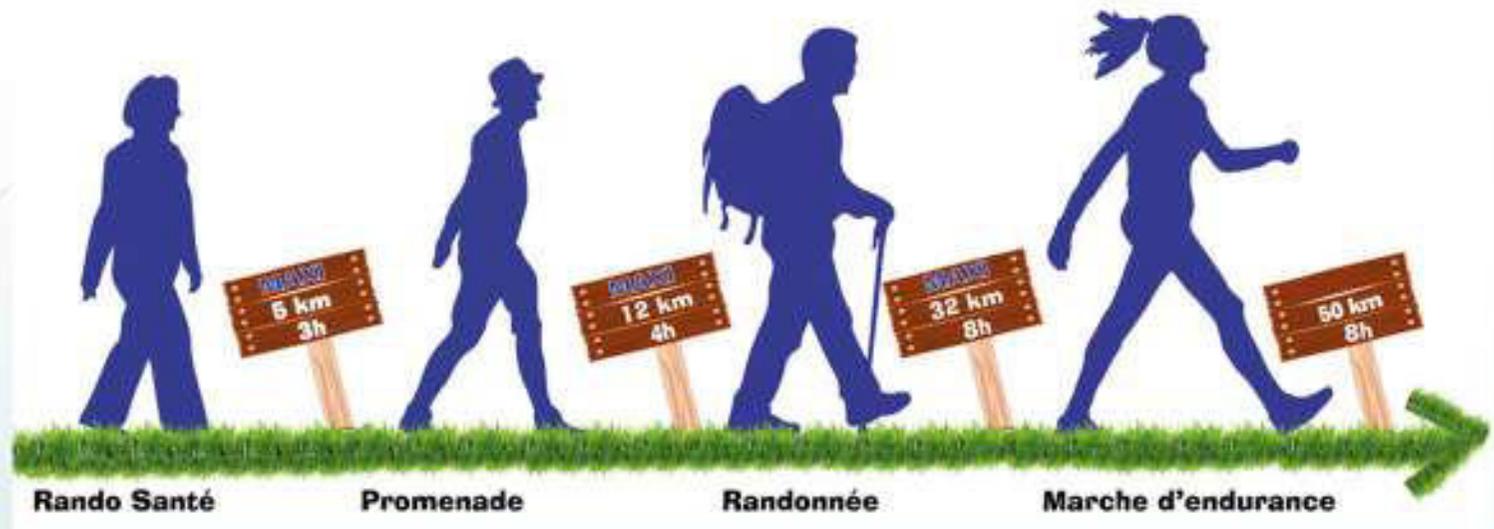
- lundi : de 11 à 13 km – 8h30
- mardi : de 8 à 10 km – 8h30
- mardi : RS < à 6km – 9h
- jeudi : de 11 à 13 km – 8h30

Marche nordique :

- mercredi et samedi :
de 9h à 11h

Sorties occasionnelles

- rando : 2 dimanches par mois
- rando : 1 jeudi journée par mois
- marche endurance : 2 par mois
- entraînement audax : 2 par mois
- rando club : un vendredi par mois
- rando famille ; rando brame du cerf
- rando nocturne ; rando écolo : la 1^{ère} rando du mois
- rando Gometz => Paris et retour évidemment



Marche d'Endurance – Audax





Définition FFRandonnée

La marche d'endurance est une marche sportive qui nécessite un effort physique et mental plus important qu'une marche classique. La distance est d'au moins 20 km à une allure minimum de 5 km/h de moyenne. Deux spécificités de marche d'endurance existent : la marche à allure libre et la marche d'endurance Audax.

La marche d'endurance Audax® se pratique à une allure moyenne de 6 km/heure, derrière un "capitaine de route", sous forme de brevets Audax de 25, 50, 75, 100, 125, 150 km ou 200 km.



RandoGom propose :

Deux fois par mois une marche d'endurance de 15 à 20 km à 5 km/h généralement un jeudi matin avec un départ à 8h30 :

- soit de la salle Barbara,
- soit couplé avec la randonnée classique du jeudi avec le même départ, la même durée mais sur une distance plus grande.

Bilan de la saison précédente 2022/2023 :

- 16 séances avec une participation moyenne de 6,1 personnes dont 14 départs de l'Espace Barbara.
- la distance moyenne parcourue est de 18,9 km à une vitesse moyenne de 5 Km/h et une vitesse de déplacement de 5,3 km/h.
- 26 personnes ont au moins participé à 1 séance.



RandoGom et les Marches AUDAX

- **Le club est affilié à l'UAF** depuis 2018, et peut donc proposer et organiser des épreuves. Elles sont ouvertes à tous.
- Le club a **inscrit 5 brevets officiels** au calendrier de l'UAF
 - 1 de 50 km le dimanche 15 octobre.
 - 4 de 25 km : mercredi 29 novembre, dimanche 14 janvier, mercredi 13 mars et dimanche 28 avril.
- **Entraînements à allure Audax** : 2 par mois sur 12,5 km, 25 km ou sur 1h, 2h, 3h ... en fonction de la demande.
- **Marches Audax UAF de 25 à 150 km.**
 - Un brevet de 25 km est organisé tous les mercredis en Ile de France. Le calendrier est sur le site à la page Audax.
 - Tous les brevets organisés en France sont sur le site de l'UAF (www.audax-uaf.com).



Bilan 2022/2023 AUDAX

- Entraînement : 9 séances avec un nbre cumulé de participants de 40, représentant 987 km
- 5 brevets Audax ont été organisé , 1 de 50 km et 4 de 25 km (172 participations dont 28 du club).
- 15 membres ont fait au moins un Audax officiel pour un total de 750 km.
- Plus 13 participations à des brevets Audax Extérieurs représentant 575 km

Géocaching





Géocaching - Concept

- ▶ Sur la ½ journée ou la journée, par équipe de 2 à 5 personnes, recherche de balises sur le terrain d'après les indications d'un road-book fourni au début de la séance. Il peut s'agir :
 - ▶ d'une carte avec l'emplacement des balises
 - ▶ de définitions permettant de situer l'emplacement des balises sur une carte
- ▶ La durée du parcours est limitée et généralement comprise entre 3 et 6 heures (matinée ou journée).
- ▶ Les balises sont :
 - ▶ soit réelles avec un QR code à scanner
 - ▶ soit virtuelles avec une validation par la position GPS de votre smartphone
- ▶ L'objectif est de trouver le maximum de balises dans le temps pré-défini dans une zone clairement identifiée.



Géocaching

Le road book comprend :

- Une description du thème proposé, avec les indications pour placer l'emplacement des balises sur une carte. L'ordre de validation des balises est soit libre, soit imposé, par contre le choix de l'itinéraire pour rejoindre les balises est libre.
- Une carte IGN du lieu de l'action qui délimite également l'espace de jeu.
- Tous les autres éléments permettant de trouver et de valider le passage aux différentes balises.
- Les consignes de sécurité à respecter

Le logiciel **IORIENTEERING** sert de support à la séance. Il est nécessaire de le télécharger et de créer son compte personnel. En fonction du paramétrage il met ou pas à la disposition du participant une carte (très sommaire) avec l'emplacement des balises, il permet de scanner les QR code des balises réelles ou de valider votre position GPS si elle est à proximité de la balise qui dans ce cas là sera virtuelle



Géocaching

Démarrage de l'activité: samedi 18 novembre

Une fois par mois, le samedi après-midi, un nouveau parcours sera proposé. Les modalités générales seront précisées dans le calendrier, lieu, durée et une description sommaire du thème proposé.

- Pendant cette séance, les équipes seront constituées et un briefing sera organisé pour initialiser le parcours et expliquer le fonctionnement du logiciel utilisé. Le résultat sera connu à la fin de la séance grâce au logiciel qui enregistre les temps de passage à chaque balise.
- Pour les personnes qui ne peuvent pas assister à cette séance, il sera possible de conserver ce circuit, de mettre à la disposition sur le site internet du club, toutes les informations pour l'effectuer de manière autonome en utilisant le logiciel IORIENTEERING.



Les séjours 2023

MILANO A PIEDI

Da 11 a 15 Settembre : 750€



**Saint-Omer et
l'Audomarois : 350€**
Du 25 au 28 septembre



Séjour Itinérance – Via Garona
Du 4 au 11 octobre : 500€



Les séjours 2024 (budget 2023-2024)

Cussac (87)

Du 13 au 17 mai

5 jours / 4 nuits

40 places maxi

480€

Séjour Itinérance – GR 34

Du 20 au 26 juin

7 jours / 6 nuits

12 places maxi

550€



Mortemart



Côte de granit rose

Les séjours 2024 (budget 2024-2025)

Belle-Île-en-Mer

Du 8 au 14 septembre

7 jours / 6 nuits

22 places maxi

550€



ANDALOUSIE

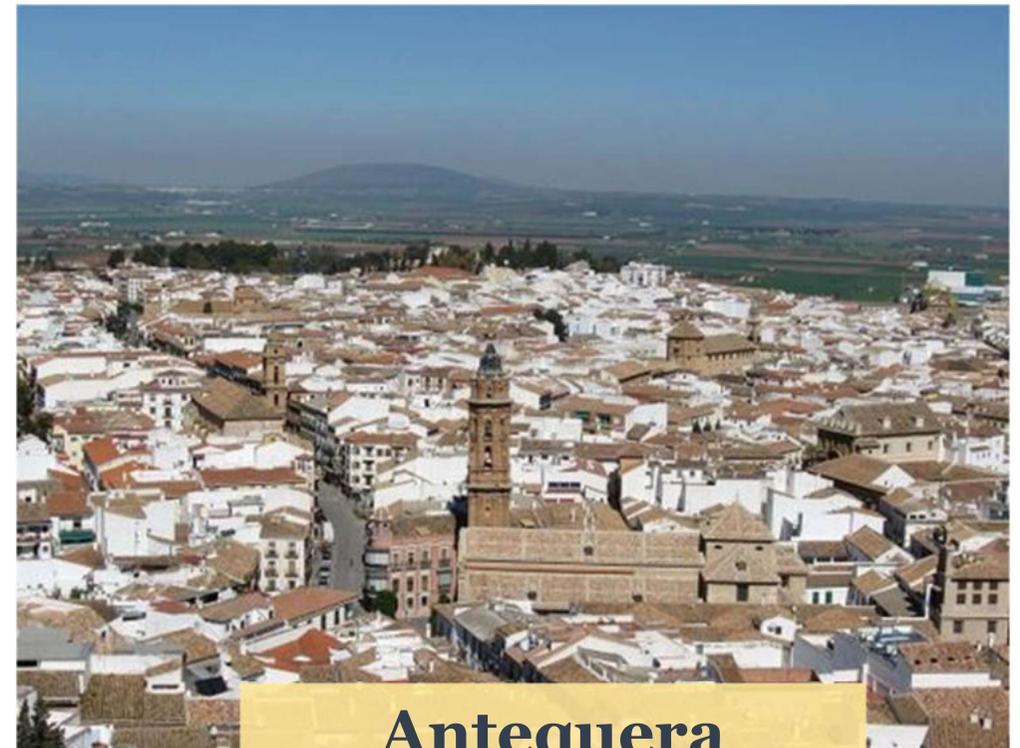


En octobre

10 jours

De 8 à 24 places

1.000€ /1,200€



Antequera

Les séjours

Séjours	Dépenses	Recettes
Milan	16 390,00	16 500,00
Itinérance Via Garona	5 940,00	6 000,00
Saint-Omer	10 350,00	10 500,00
Cussac	19 000,00	19 200,00
Itinérance GR 34	6 540,00	6 600,00
contribution frais généraux	580,00	
	58 800,00	58 800,00

Les mini-séjours 2024

Les Bauges (73 / 74)

Du 2 au 4 février

3 jours / 2 nuits

10 places maxi

370€

La Fabuloserie (89)

3 et 4 avril

2 jours / 1 nuit

40 places maxi

200€



A
N
N
U
L
L
E

Les mini-séjours

Mini-séjours	Dépenses	Recettes
Raquettes	3 650,00	3 700,00
La Fabuloserie	7 800,00	8 000,00
contribution frais généraux	250,00	
	11 700,00	11 700,00

ParPat / Paris

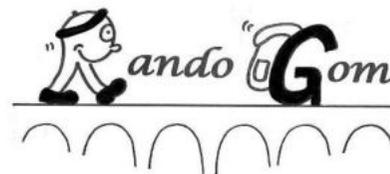
V 22 septembre : Quartier St Germain

V 17 novembre : Musée immigration

J 18 janvier : Manufacture Gobelins

V 15 mars : Cimetière Picpus

V 17 mai : Quartier Arsenal



ParPat / Paris

Paris	Dépenses	Recettes
Quartier St Germain	180,00	250,00
Musée Immigration	180,00	210,00
Manufacture Gobelins	520,00	560,00
Cimetière Picpus	352,50	377,50
Quartier Arsenal	200,00	230,00
contribution frais généraux	150,00	
	1 582,50	1 627,50

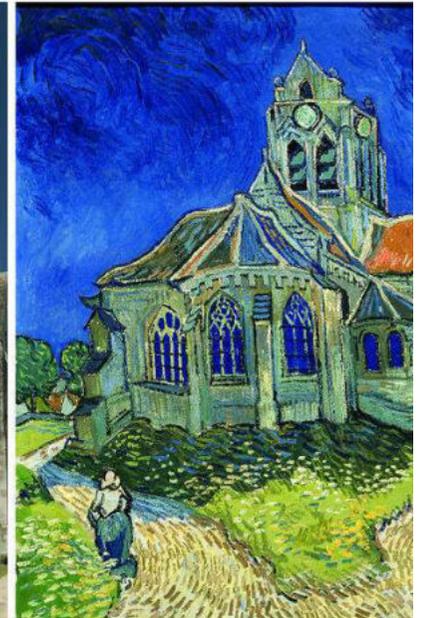
ParPat / Patrimoine

V 20 octobre : St Denis basilique

V 15 décembre : Usine Christofle

V 9 février : Corbeil

S 1^{er} juin : Auvers-sur-Oise



ParPat / Patrimoine

Patrimoine	Dépenses	Recettes
Usine Christofle	425,00	459,00
St Denis Basilique	360,00	400,00
Corbeil	0,00	30,00
Auvers-sur-Oise	1 200,00	1 200,00
contribution frais généraux	144,00	
	2 129,00	2 089,00

Les animations

4 audax

4 challenges découvertes

Journée de formation en interne

Randos & Repas club

3 journées sur le GRP de l'Eure

La 91 – Paris => Gometz

Co-participation à la Rand'Extrême



Les animations

Animations	Dépenses	Recettes
Audax	885,00	1 050,00
Rando challenge	120,00	0,00
Rando repas	700,00	1 500,00
Les Vendredis du Club	945,00	720,00
Journée bien-être	100,00	0,00
La 91 TDJ	500,00	0,00
	3 250,00	3 270,00

Les formations

Formations	Dépenses	Recettes
Brevet Fédéral	1 500,00	1 200,00
Animateur Proximité	440,00	352,00
Cartographie	100,00	100,00
Rando Santé	0,00	0,00
Marche nordique	1 500,00	1 200,00
PSC1	500,00	500,00
Tourisme	0,00	0,00
Frais kms	500,00	0,00
	4 540,00	3 352,00

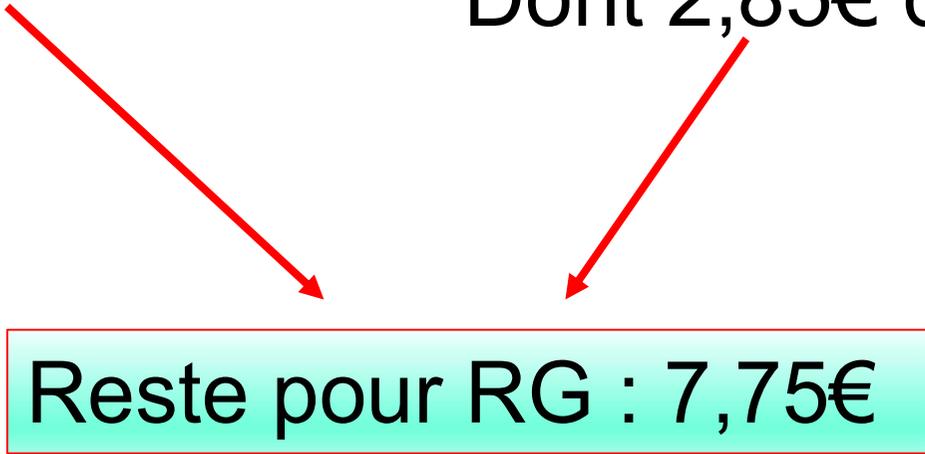
Le fonctionnement

Fonctionnement	Dépenses	Recettes
Licences – adhésions	4 660,00	5 120,00
Subventions		500,00
Frais généraux	1 666,20	1 324,00
	6 326,20	6 944,00

La licence

Vous payez 36€

RG paye à la fédé 28,25€
Dont 2,85€ d'assurance

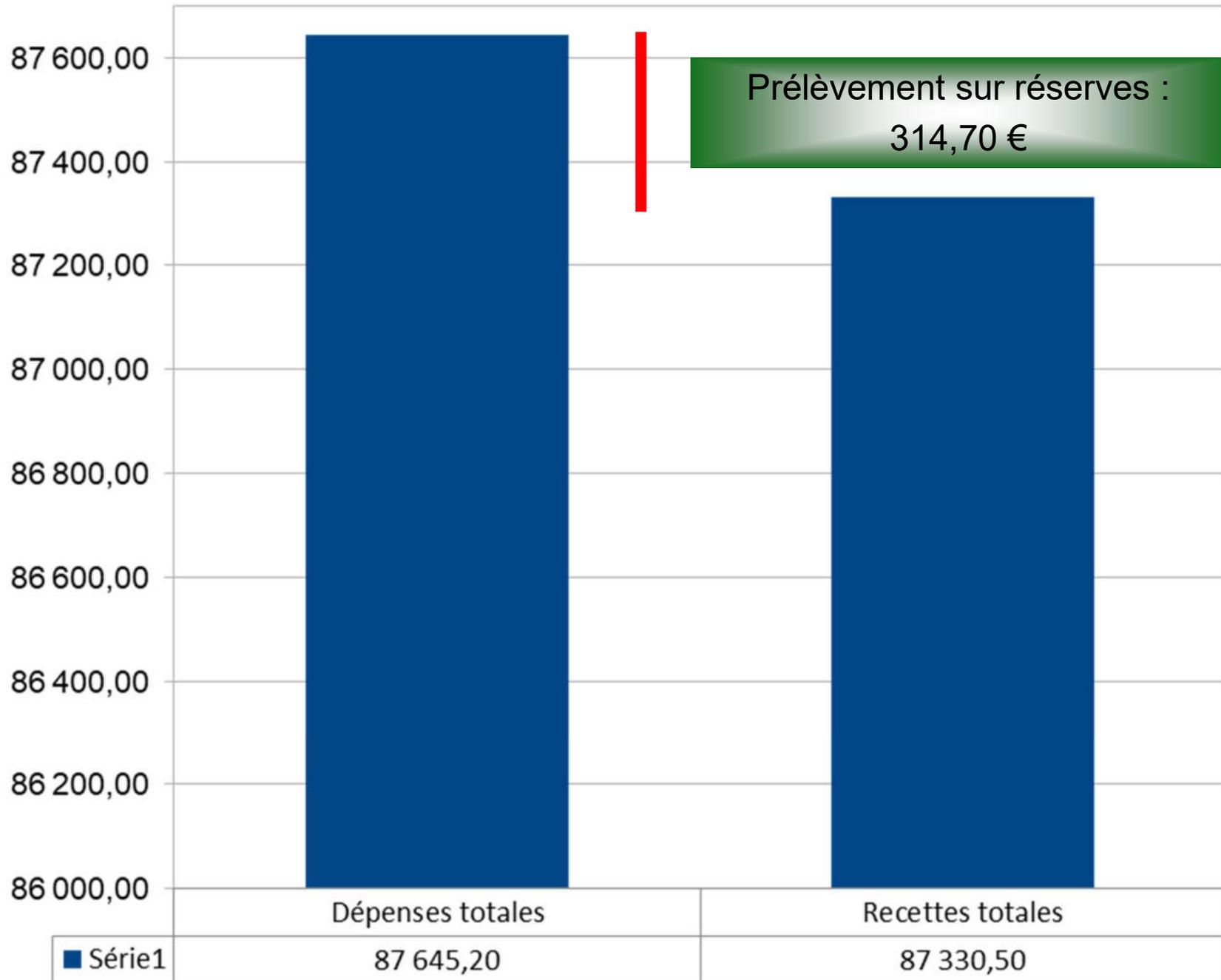


Reste pour RG : 7,75€

Pour la saison 2024-2025 :

- cotisation interne : 40€
- cotisation externe : 20€

Le budget prévisionnel



Réserves / trésorerie

