



Projet associatif 2025-2029

Retraite Sportive

Communauté Burgienne (RSCB)

n°01007

MISE à JOUR 2025/2026

La Fédération Française de la Retraite Sportive

À propos de la FFRS

Une fédération unique en son genre

- 81 500 licenciés
- 423 clubs
- 60 activités physiques et sportives habilitées
- 6 000 animateurs sportifs bénévoles
- 64 instructeurs fédéraux
- 7 Comités régionaux
- 54 Comités départementaux
- 1 Comité directeur de 24 membres (dont 1 médecin fédéral)
- Des commissions :
Accompagnement au développement des territoires,
Formation, Santé/ Médicale, Réglementation /
médiation / immatriculation tourisme / licences /
assurances, Finances, Projet sportif fédéral,
Communication, Surveillance des opérations
électorales
- Des salariés administratifs et techniques

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 associé 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 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, être acteur du plan national « Sport Santé », la FFRS s'associe de plus en plus à diverses recherches scientifiques.

Un projet fédéral pour tenir le cap :



singularités.

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.

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

Présentation du club « la Retraite Sportive de la Communauté Burgienne (RSCB) » :

Le club de la Retraite Sportive de la Communauté Burgienne (R.S.C.B.) a été fondé le 7 Octobre 1997 dans le cadre des directives générales de la Fédération Française de la Retraite Sportive à laquelle il adhère.



Au sein de la RSCB, de nombreuses activités physiques et sportives NON COMPETITIVES sont proposées (tir à l'arc, gymnastique, danse en ligne, cyclotourisme, randonnées pédestres, marche nordique, gym-aquatique, bowling, pétanque) ainsi que des séjours raquettes à neige ou randonnées. **D'autres activités comme la marche « balade », l'« activ'mémoire », le stretching et l'initiation à la danse en ligne ont été mises en place lors de la saison 2024/2025.**

En adhérant à la R.S.C.B. les membres peuvent, avec la même licence, pratiquer une ou plusieurs activités, participer aux séjours organisés par le club, CODERS01 et la FFRS., agrandir leur cercle d'amis, construire un réel programme d'activités dans la convivialité tout en préservant leur capital santé . Un très bon moyen pour échapper à l'isolement et à la solitude en favorisant l'épanouissement par la pratique, sage et prudente mais régulière d'une activité.

La RSCB est dirigée par un Conseil d'Administration de 15 membres. Les activités sont encadrées majoritairement par des animateurs fédéraux bénévoles diplômés, à l'exception de l'aquagym et des activités « gym » pour lesquelles le club fait appel à des animateurs professionnels.

Les coordonnées de la RSCB sont :

R.S.C.B. - Maison de la Culture et de la Citoyenneté (MCC)

4 allée des Brotteaux

CS 70270 - 01006 Bourg en Bresse Cedex

Mail : rscbourg@outlook.fr

La RSCB est rattachée aux structures déconcentrées de la FFRS, à savoir le CODERS01 et le CORERS « AURA ». Elle n'est située ni dans une ZRR, ni dans un QPV.

Evolution du nombre d'adhérents/ licenciés de 2021 à 2024

	<u>2021 – 2022</u>			<u>2022 – 2023</u>			<u>2023 - 2024</u>			<u>2024-2025</u>		
Hommes/ Femmes	H	F	<u>Total</u>	H	F	<u>Total</u>	H	F	<u>Total</u>	<u>H</u>	<u>F</u>	<u>Total</u>
Nombre d'adhérents	<u>75</u>	<u>196</u>	<u>271</u>	<u>85</u>	<u>222</u>	<u>307</u>	<u>90</u>	<u>258</u>	<u>348</u>	<u>99</u>	<u>301</u>	<u>400</u>

Commentaires éventuels à apporter sur l'évolution du nombre d'adhérents

Le nombre d'adhérents, après une baisse liée aux années « covid » est en forte progression pour atteindre **400 adhérents**, un niveau jamais atteint.
Si la répartition homme/femme n'a que très peu évolué, on peut noter une baisse de l'âge des adhérents (50 % ont moins de 70 ans et baisse des plus de 75 ans). Le nombre moyen d'activités par adhérents s'établit à 1,63 pour 2023/2024

Les grands objectifs de la structure

Il s'agit d'une association qui propose plusieurs activités adaptées aux séniors de 50 ans et plus, désireux de préserver leur capital santé dans la convivialité et de créer ou maintenir du lien social.

Tableau des activités proposées **pour 2024-2025** par la RSCB avec créneaux horaires :

	Activités	Jours et horaires
1	Activ'mémoire	lundi : 2 séances de 14h00 à 15h00 et de 15h15 à 16h15
2	Gym	Stretching : mardi de 11h15 à 12h15 Pilâtes : jeudi de 9h00 à 10h00 Tonique : mardi de 10h15 à 11h15
3	Danse	Initiation : lundi de 10h45 à 12h00 Cours 1 débutant : lundi de 14h00 à 15h30 Cours 2 avancé : lundi de 15h45 à 17h15
5	Randonnée pédestre	Vendredi à la journée ou 1/2 journée, 3 à 4 randonnées en fonction de la difficulté, y compris rando douce (4 niveaux)
6	Marche nordique	Mardi de 9h30 à 11h30 Jeudi à 14h00 à 16h00
7	Tir à l'arc	Lundi de 8h30 à 11h00 en gymnase, possibilité jeudi 9h00 à 11h00 en extérieur l'été
8	Cyclotourisme	Mercredi après midi départ 14 h
9	Aquagym	Mercredi de 9h00 à 10h00 ou Jeudi de 16h00 à 17h00

10	Bowling	Mardi après-midi à 14h00 deux fois par mois entre octobre et mai.
11	Pétanque	Mardi à 14h30 de mai à septembre

Commentaires éventuels sur les choix des activités et éventuels projets de développement de nouvelles offres de pratiques au sein de la structure

Afin de répondre au mieux à la demande des adhérents, la RSCB, à compter de la rentrée 2024-2025, a mis en place 4 activités nouvelles : une rando "douce" un atelier « activ'mémoire », un cours de danse « initiation » pour apprendre les fondamentaux, et une activité « stretching ».

Partenaires :

Partenaires publics		Partenaires privés	
Partenaire	Nature du partenariat	Partenaire	Nature du partenariat
Mairie de Bourg-en-Bresse	- Prêt de salles - Subvention annuelle de fonctionnement - prêt de matériel lors de manifestations	Crédit Mutuel	-compte bancaire - lots pour les concours - fournitures diverses (gobelets, nappage,...)
AGLCA	Location de salles		
CODERS 01	- subvention pour évènement - prise en charge des frais de déplacement pour les formations -organisation des formations PSC1		
OMS	prêt de salles Estivales de Bouvent		

Budget annuel de la structure : 65330,00 €

Budget prévisionnel 2024-2025 (hors valorisation du bénévolat) voté en AG 18 octobre 2024

Valorisation du bénévolat : 52000,00 €

Analyse stratégique de la structure (Forces-Faiblesses-Opportunités-Menaces)

Sur la méthodologie : La Rscb, pour faire cette analyse, a souhaité recueillir l'avis de ses adhérents. Pour ce faire, en plus de la consultation des dirigeants et des animateurs, une réunion a été organisée avec un panel d'adhérents tenant compte des activités pratiquées, du sexe des adhérents,

et des tranches d'âge.

De cette consultation, ressortent les éléments principaux suivants :

Points positifs

Forces de la RSCB :

- association multi-activités
- la convivialité et la bonne ambiance générale
- le dynamisme des bénévoles
- la rigueur des animateurs pour gérer la sécurité des activités
- la journée conviviale annuelle
- rigueur de l'organisation et de la gestion
- la communication du club
- le faible coût d'adhésion aux activités
- les statuts et le règlement intérieur révisés en 2023
- la situation budgétaire saine et confortable
- absence de salariés – appel à des prestataires extérieurs pour la gym et l'aquagym
- la bonne progression des adhésions
- le prêt de salles par la ville de Bourg en Bresse

Points négatifs

Faiblesses de la RSCB :

- manque d'animateurs sur certaines activités (danse, **activ'mémoire**,...)
- tension sur la disponibilité de salles pour les activités
- quelques fragilités de fonctionnement (gestion du site internet reposant sur une seule personne et site internet obsolète/sécurité par exemple)
- quelques manques de coordination entre activités
- l'offre d'activité pour les plus fragiles à renforcer
- difficultés liées à la mise en place de FFRS360 : inscriptions et gestion

Opportunités se présentant à la RSCB :

RSCB :

- beaucoup de nouveaux adhérents : vivier pour le bénévolat
- Partenariat avec d'autres clubs à développer

Menaces pesant sur la RSCB :

- risque de hausse du coût des activités faisant appel à des intervenants extérieurs (Aquagym, gym)
- baisse du nombre de participants si augmentation du coût
- problème si développement trop important de certaines activités (mise en place de jauges?)
- augmentation des adhérents/consommateurs face au manque d'animateurs et donc dégradation de la qualité des activités.

Le projet associatif de la RSCB et son plan d'actions

Le projet associatif de la RSCB s'inscrit dans les 4 axes fédéraux et se déclinent en de nombreuses actions déclinables dans le temps selon un calendrier et des indicateurs permettant de mesurer leur degré de réussite.

Le tableau ci joint fait le bilan du plan d'action 2024/2025 et propose les actions à conduire en 2025/2026