



P.V. N° 31

Dimanche 25 novembre 2012

A Mesdames et Messieurs :
Les membres du Comité Directeur
Les responsables de clubs

Pour information :
F.F.H.M.F.A.C.
D.R.D.J.S. Rhône-Alpes
C.R.O.S. Rhône-Alpes

**A AFFICHER
DANS LES CLUBS**

Procès-verbal de réunion

Comité directeur de la Ligue Rhône-Alpes HMFAC

Au Club Héraclès, Avenue Générale de Gaulle,
Centre Commerciale Riante Plaine,
38 290 LA VERPILLERE ☎ 06 72 95 45 40.

Ordre du jour :

- 10 H 30 Adoption PV N° 30 du 21 octobre 2012
- Informations générales Culturisme, Haltérophilie et Force Athlétique
- Stages, formations et jeux de parrainage
- 12 H 30 Repas pris sur place en commun
- 14 H 00 Prévisionnel 2012 / 2013 – Point sur les affiliations clubs 2012 / 2013
- Assemblée Générale du 2 décembre 2012 : Candidatures au Comité Directeur
- Demandes de subventions et questions diverses
- 17 H 00 Fin de la réunion

Merci de me confirmer votre présence par mail, téléphone ou courrier.

Le Président de la LRA



Membres élus présents (12)

- | | |
|--|-------------------|
| - Philippe MONTORIER (Président) | - Bernard NOHALES |
| - Jean-Pierre PIGUET (Trésorier) | - Marcel REVILLON |
| - Chrystel LYAUDET (Trésorière-adjointe) | - Gilbert ROMANO |
| - Patrick LYAUDET | - Gérard GUENNEC |
| - Sarkis DURGUERIAN | - Thierry VIEILLY |
| - Jérôme BAILLET | - Christian BUCHS |

Élus excusés (6)

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| - Raphaël VIALLE (Secrétaire) | - Raphaël DUBOUCHEZ |
| - Dominique DUMAS | - Marc MERMET |
| - Martine ROCHE | - Manuel MARTIN-SOLER |

Démission (1)

- Djoní GRGIC

Absents (0)

Invités (2)

- David CHABROUD (CTS Rhône-Alpes)
- Nathalie MARTINS (Aide au secrétariat)

Début de la réunion à 11 H.

Le Président de la Ligue Rhône-Alpes HMFAC, Philippe MONTORIER, accueille les membres du Comité Directeur et les remercie pour leur présence. Il énonce la liste des personnes excusées et absentes. Le quorum est atteint car 12 membres élus sur les 18 qui composent le comité directeur, sont présents, soit plus du tiers requis. Le comité directeur peut donc se tenir.

M.MONTORIER propose qu'en cas de trois absences non justifiées et non excusées d'un membre élu au comité directeur, une décision soit prise. Il est donc validé, qu'un membre absent trois fois sans justificatif et sans excuse, ne sera plus convoqué au comité directeur, et sera exclu d'office. Cette proposition sera soumise à la prochaine Assemblée Générale pour une modification des statuts.

1- Adoption du P.V. N° 30 du Comité Directeur du 21/10/2012

Les membres en ont déjà pris connaissance car M.MONTORIER l'a préalablement envoyé par mail. Il demande si des remarques sont à faire.

Des erreurs ont été soulignées concernant l'Assemblée Générale, il est validé que tous les candidats ne seront pas invités mais uniquement le Président de la Fédération.

M.CHABROUD a précisé que la Conférence Musculation et le colloque sont deux événements bien différents.

Mme LYAUDET remarque une répétition dans le procès verbal.

Gilbert ROMANO a souhaité expliquer que le prix des plaques varie de 11.60 à 23.60 euros. La gravure et le support sont à rajouter au prix. Celles-ci seront gravées en Espagne.

M.MONTORIER rappelle que le logo doit apparaître sur les plaques pour l'année prochaine.

M.NOHALES propose à M.ROMANO de créer des pastilles autocollantes avec le logo de la Ligue afin de la coller en haut à droite sur la plaque. Ce dernier répond que cette proposition sera difficile à mettre en place.

M. MONTORIER souhaite remettre deux récompenses exceptionnelles pour l'AG. La LRA mettra à l'honneur messieurs Bruno POLICARPO du club de Saint-Baldoph et Marcel REVILLON qui va



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

quitter le Comité Directeur du club de Saint-Priest. Il est dans l'attente de certaines pièces avant le 27/11/2012 afin de terminer la plaque de M.REVILLON.

VOTE : le P.V. N°30 est adopté à l'unanimité (avec remarques prises en compte)

2- Informations générales Culturisme, Haltérophilie et Force Athlétique

*** Culturisme par Gérard GUENNEC:**

Morgan VIEILLY a fait un excellent résultat au Championnat du Monde à Saint-Martin en Slovaquie, il termine troisième en Junior. C'est le seul représentant de la Ligue Rhône-Alpes sélectionné, il fait aussi un bon résultat en toutes catégories.

Thierry VIEILLY qui l'a accompagné, souligne que c'était une belle compétition et qu'il y a eu une bonne organisation. Les français ont fini deuxième par équipe, les premiers sont les slovaques.

Il y avait 17 nations.

M.MONTORIER leur demande de commencer à réfléchir à la rencontre de l'équipe Rhône-Alpes pour 2013.

M.GUENNEC a contacté Marc MERMET pour le championnat régional, il propose la date du 27 Avril sinon le week end avant. Une seule date pour le culturisme est suffisante. Pour information, les autres zones ont leurs dates.

M.PIGUET explique que les résultats du contrôle anti-dopage ont été publiés dans le Nord.

6 culturistes sur 9 ont été contrôlés en positif. M.GUENNEC s'occupera des contrôles anti-dopage pour le culturisme.

*** Force Athlétique par Bernard NOHALES:**

L'Équipe de France était au Championnat du Monde à Porto Rico, il y avait 6 athlètes de la région Rhône-Alpes sur 7 de l'équipe masculine. Les résultats obtenus sont moyens.

Deux athlètes ne se classent pas, Frédéric TINEBRA et Sofiane BELKESIR qui s'est blessé. La meilleure des places est une sixième place par M.LITED qui bat le Record de France au total et au soulevé de terre. Il prend la médaille d'argent au soulevé de terre, c'est la seule médaille ramenée.

M.MONTORIER souligne que l'athlète Etienne LITED a changé de club et est passé de Navis Echirolles à Bourgoin-Jallieu. M.BUCHS précise que celui-ci est parti au Championnat du Monde sans être licencié, même si actuellement il l'est.

Le classement pour les autres participants est le suivant : huitième place pour Kader BAALI, la dixième place pour Antony MASTROLORENZO, la douzième place est pour Romain PICOT-GUERAUD qui bat le record de France au squat et au couché.

A noter, même s'il n'est pas de la Ligue, M. ELBILITI finit deuxième et bat le record du monde au soulevé de terre avec 313 kg pour 66 kg de poids de corps.

M.NOHALES précise que des commentaires désobligeants ont été faits sur internet à propos des résultats du Championnat du Monde, et a donc envoyé un e-mail à plusieurs personnes en réponse.

M.MONTORIER rappelle qu'aucun commentaire n'est à faire.

M.NOHALES rajoute que la saison a démarré par les Premiers Pas, où beaucoup de jeunes licenciés sont arrivés. Villefranche a organisé les Critériums de Force Athlétique et développé couché. Il y a eut des nouveaux jeunes non classés, avec un total 37 participants dont 14 en force athlétique et 23 en développé couché.



Ligue Rhône-Alpes ^{Région}



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

Le 8 décembre se déroulera la finale du Villenave, les équipes sélectionnées sont celles de St Etienne, St Martin d'Hères et Grenoble. Les équipes n'apparaissent pas toutes sur la feuille de match présente sur le site, une mise à jour sera donc à effectuer. Pour les nouvelles feuilles de match, il est indispensable de bien suivre le tutoriel.

Les Championnats départementaux de Force Athlétique auront lieu à la Ricamarie pour le Lyonnais et à Bourgoin pour le DSA, le 1^{er} décembre.

M.NOHALES précise que c'est intéressant d'avoir un aperçu de ceux qui ont débuté par les Premiers Pas et les Critériums. Puis les Championnats départementaux de Développé Couché le 15 décembre 2012, au HC Lyonnais pour le Lyonnais et au H.C Grenoble pour le DSA.

Le 5 janvier 2013, se tiendra le championnat régional de Force Athlétique qualificatif aux Francs à la Ricamarie.

Il y a une modification de la date de la Coupe de la Ligue Rhône-Alpes, organisée par la Ricamarie. Celle-ci qui était prévue initialement le 23 février a été reportée au 20 avril 2013.

M.NOHALES explique que cette compétition est sans matériel. Il y en a déjà une le Villenave, avec un mouvement par athlète alors que pour celle-ci, les athlètes effectueront les 3 mouvements. M.NOHALES fera une demande de validation à la Fédération. L'objectif est de fédérer les clubs de Rhône-Alpes et d'intéresser plus d'athlètes à la force athlétique.

Il précise que cette Coupe est réservée uniquement à la région Rhône-Alpes et qu'il serait intéressant de l'ouvrir éventuellement à la zone ou à ceux qui souhaitent y participer.

M. MONTORIER confirme qu'une enveloppe sera octroyée pour cette épreuve, elle est notée dans le prévisionnel.

Cependant, si cette Coupe est ouverte à l'extérieur, M.NOHALES nous informe que Mme DELPIEU souhaite qu'au moment de l'inscription, une somme soit versée comme pour un Championnat de France, afin de limiter les absences. Celui-ci propose qu'une participation de la Ligue soit mise en place comme pour une finale de zone. M.MONTORIER garantit qu'une somme sera allouée, dans les deux cas.

M.BUCHS souligne que M.DE PUYTORAC organise lui aussi en Aquitaine une rencontre équivalente. Il serait souhaitable que cette compétition soit organisée dans plusieurs régions.

M.BUCHS explique que l'année dernière s'est tenu un Championnat du Monde sans matériel et que les athlètes étaient très intéressés. L'impact est considérable car l'idée d'aller aux Jeux Olympiques a été soulevée. Le comité olympique ne souhaitait pas que les athlètes de la force athlétique y participent avec du matériel. Il précise que les compétitions sans matériel organisées au niveau international, intéressent le CIO et que nous sommes dans l'attente de la suite qui sera donnée à cette proposition.

M.NOHALES absent au comité Fédéral, nous communique le message de Cécile COURQUEUX. Elle précise qu'aucune compétition sans matériel n'est prévue dans le calendrier national ou régional, même si celle-ci est plébiscitée par les athlètes au motif que ce serait difficile à organiser. Par contre, elle rajoute qu'il y aura bien des athlètes sélectionnés par la DTN à la Coupe du Monde sans matériel. M.NOHALES nous informe qu'il va envoyer les résultats de la compétition à Xavier DE PUYTORAC, et en fonction des performances et d'autres critères, le DTN pourra choisir.

M.MONTORIER demande si les athlètes de niveau National et plus participeront aux Championnats Rhône-Alpes de force athlétique. M.NOHALES répond qu'en générale les athlètes font le régional mais pas la zone surtout si elle est à l'extérieur. Il précise qu'en force athlétique, si les athlètes ont fait une compétition internationale, ils sont qualifiés et ne viennent pas forcément



Ligue Rhône-Alpes ^{Région}



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme aux Championnats régionaux. Cependant M.BUCHS confirme que pour la Coupe Rhône-Alpes sans matériel, beaucoup d'athlètes seront présents.

* Haltérophilie par David CHABROUD:

Le challenge d'automne a eu lieu le 27/10/2012. Il y a eu 30 participants dont 7 filles
Clara MONTORIER se classe Fédérale + 0

Le Challenge 212 TRAMELAN – SUISSE s'est déroulé le 27/10/2012.

Les résultats : Enzo MENONI : 1^{er} écolier/19, Franck PIERRAT : 3^{ième} junior/6,
Jonathan PRADA PRADA : 2^{ième} Vétéran/19.

Championnat de France des Clubs :

Poule régionale EXCELLENCE, le premier tour a eu lieu le 20 octobre et le 2^{ème} le 17 novembre.

Après le second tour, le bilan est le suivant: 1^{er} Arbresle - 2^o Oyonnax - 3^o Anse

Pour la Nationale 2C, le premier tour a eu lieu le 13 octobre et le 2^{ème} tour a eu lieu le 10 novembre.

Le bilan après le second tour est le suivant : 1^{er} St Marcellin - 2^o Bourg de Péage - 3^o Charlieu

Au niveau de la Nationale 1B féminines, le 17 novembre, l'équipe féminine de St-Baldoph se classe 3^o/7 avec une moyenne de 179 points

Le classement 2011-2012 du championnat de France des clubs est:

- St Marcellin : 3^o/30
- Bourg de Péage : 4^o/30
- Charlieu : 7^o/30
- Oyonnax : 19^o/30
- Vaulx-en-Velin : 20^o/30
- St Quentin –Fallavier : 26^o/30

Résultats du Critérium à Istres, le 24 novembre et du tournoi en Italie (athlètes ayant réalisé les minimas ce même jour et qui ont été pris en compte par la Fédération) :

FC58 - Melinda HOSTALIER – Fédérale + 7

FJ53- Nathalie BAILLET – Nat + 0

FJ75 – Alexia MENONI – FED + 2

C62 – Valentin BAILLET – IRG + 0

C77 – Enzo MENONI – NAT + 0

J85 – Alexandre RIVOLTA – NAT + 0

J85 – Loïc SEIGNEMARTIN – FED + 0

J105 – Raphaël VILLON – FED +6

Pause repas de 12h10 à 14h25

3. Stages, formations et jeux de parrainage

Le week-end des 3 & 4 novembre 2012 a vu se dérouler 3 stages d'entraînement:

- **HALTEROPHILIE**
- **CULTURSIME**
- **REMISE EN FORME (uniquement le 4 novembre).**



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme
C'est au sein du domaine de la Brunerie de Voiron à Tremplin Sport Formation (ex CREPS) que 33 stagiaires ont pu profiter des conseils de Nicolas DODDI en Culturisme, Alexandre DURGUERIAN et David CHABROUD en Haltérophilie, Laëtitia ANTOLINOS en REMISE EN FORME

HALTEROPHILIE

2 entraîneurs: David CHABROUD, CTS-R Rhône-Alpes HMFAC & Alexandre DURGUERIAN, CTS-N FFHMFAC

Les 15 Stagiaires sont:

- ✓ Jawad El OBBADI - Vaulx-en-Velin
- ✓ Gor SARDARYAN - Vaulx-en-Velin
- ✓ Nordine KESSAIRE - Vaulx-en-Velin
- ✓ Enzo MENONI - St Marcellin
- ✓ Alexia MENONI - St Marcellin
- ✓ Alexandre RIVOLTA - St Marcellin
- ✓ Franck PIERRAT - St Marcellin
- ✓ Thierry VIEILLY - La Verpillière
- ✓ Alexis MOUNIER - St Quentin Fallavier
- ✓ Morgan BUCHWALTER - St Quentin Fallavier
- ✓ Benoit POUREL - St Quentin Fallavier
- ✓ Gaëtan PERDRIX - Oyonnax
- ✓ Jean-Baptiste PASTOR - St Priest
- ✓ Marion FURENZULA Marion - St Priest
- ✓ Alexandre PONTTHUS – Viriat

CULTURISME :

L'entraîneur est Nicolas DODDI, qui est coach personnel.

Les 14 Stagiaires sont:

- ✓ Fabien VAILLOUD - Oyonnax
- ✓ Arnaud VEZZU – Oyonnax
- ✓ Rosario DE GRACIA - Grenoble
- ✓ Christian PROVANA – Grenoble
- ✓ Mauro FA – Grenoble
- ✓ Christian RAIGUE – Grenoble
- ✓ Simone MESNIL - La Verpillière
- ✓ Valentin RAIGUE - Grenoble
- ✓ Jean-Pierre PIGUET – Grenoble
- ✓ Philippe GRÉGOIRE – Grenoble
- ✓ Fatah MEGDOUD - Grenoble
- ✓ Gérard POLO - Grenoble
- ✓ Eric REA - La Verpillière
- ✓ Franck RUIZ - La Verpillière

REMISE EN FORME

1 entraîneur: Laëtitia ANTOLINOS, Professeur de fitness

Les 5 stagiaires sont:

- ✓ Séverine ETIENNE - St Marcellin
- ✓ Véronique ROCHE - St Marcellin
- ✓ Gilbert ARNAUD - St Marcellin
- ✓ Alexia MENONI - St Marcellin
- ✓ Marie-Paule BUISSON - St Marcellin

M.CHABROUD explique qu'il souhaitait qu'il y ait plus de stagiaires sur la remise en forme. Il rappelle que c'est le deuxième stage cette année, qui a été organisé, il y en a eu un en juin avec deux intervenants et des activités diversifiées. M.NOHALES souligne que pour avoir plus de stagiaires, il est souhaitable d'ouvrir ce stage à toutes les personnes licenciées et pas spécialement aux cadres. M.CHABROUD répond que ce stage était bien destiné à tout le monde comme précisé sur la fiche d'inscription où il était mentionné « stage d'athlètes ».M.PIGUET précise qu'à St Priest, ils ont des cours de remise en forme et personne n'est donc allé à ce stage. Il rajoute que dans les clubs de



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme gymnastique, les moniteurs doivent bien être diplômés d'État. M.MONTORIER indique que des stages de musculation ouverts à tous, vont être organisés. M.CHABROUD précise que le but du stage de remise en forme est de s'occuper du public loisir, de la musculation sur toutes ses formes, et des cours collectifs comme le propose certains clubs. La mise en place de ce stage répond à un besoin de la Ligue. L'année prochaine un stage sera prévu avec un quota d'au moins 12 stagiaires sinon il sera annulé. Il pourra être décentralisé, avec la possibilité de l'organiser à Mâcon. Afin qu'il y ait plus de personnes, M.NOHALES conseille d'indiquer sur la fiche d'inscription uniquement musculation et non le culturisme. M.CHABROUD confirme que ce stage était au départ réservé aux compétiteurs culturiste.

M.MONTORIER fait remarquer qu'il est souhaitable d'organiser un stage pour les féminines. M.CHABROUD explique qu'il est difficile d'attirer des personnes en culturisme, car beaucoup de personnes s'entraînent hors association, et se licencient dans nos clubs pour les compétitions.

SOPHROLOGIE, Dominique VIRILLI est intervenu pendant 1 heure.

29 stagiaires haltérophilie et culturisme étaient présents ainsi que 3 entraîneurs.

PROGRAMME STAGIAIRES HALTEROPHILIE

SAMEDI MATIN / 10H00 - 12H00 Entraînement Haltéro.	DIMANCHE MATIN / 10h00 – 12h00 Entraînement Haltéro.
1/ Exercice combiné d'arraché 1 Tirage haut d'arraché du sol + 1 Tirage haut d'arraché suspension haute + 1 Arraché debout suspension haute + 1 Arraché debout du sol + 1 Flexion d'arraché 6 séries 2/ Jeté Force + Jeté Fente (4r + 2r) x 5 séries 3/ Tirages lourds d'épaulé 5r x 2 séries 3r x 3 séries	1/ Arraché suspension haute (2r debout + 1r en flexion) x 2 séries (1r debout + 1r en flexion) x 3 séries (2r en flexion) x 2 séries 2/ Fentes avant (6 r + 6r) x 5 séries 3/ Développé debout devant ou ATR (Appui Tendu renversé) + rowing debout (6r + 8r) x 4 séries
SAMEDI APRES-MIDI	DIMANCHE APRES-MIDI / 14h30 – 16h15 Entraînement Haltéro.
14h30 - 15h30 : SOPHROLOGIE 15h45 - 17h30 : ACCROBRANCHES 17h45 - 19h00 : Entraînement Haltéro.	1/ (1 épaulé + 3 jetés puissance) x 2 séries 1 épaulé + 2 jetés puissance) x 4 séries 2/ Tirages lourds d'arraché 4r x 4s 3/ Squats Nuque 3r x 4s
1/ Combiné Épaulé-jeté 1 épaulé jeté debout + 2 épaulé jeté fente 2 séries 1 épaulé jeté debout + 1 épaulé jeté fente 2 séries 2/ Squat devant 3r x 4 séries	
SAMEDI SOIR / 21h00-23h00	16h30 - 17h00 : Initiation ZUMBA 17h00-17h45 : PILATES
CINEMA	



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme
M.MONTORIER met en évidence le fait que la partie loisir comme l'accrobranche a intéressé les stagiaires le dimanche et le cinéma le samedi soir. Le but est de fidéliser les stagiaires.

En fonction des réalisations techniques individuelles observées par les entraîneurs, plusieurs consignes ont émergé dans la perspective de l'efficacité gestuelle, telles que :

- la modification des positions de départ barre au sol et en suspension haute;
- la détermination des appuis plantaires en position de départ;
- la modification des écartements de mains sur la barre;
- la barre proche du corps - Importance de l'action des dorsaux (rétropulsion);
- la gestion des points d'appui au sol pendant l'évolution de la barre dans l'espace;
- la sensation de maintien du réengagement du bassin après la 2^o accélération;
- la sensibilisation de l'interface entre le tirage et le passage sous la barre grâce aux mouvements en puissance ; Gestion du timing : tirage-passage sous la barre;
- retarder pour certains la survenue de la 2^o accélération afin de se retrouver au point de puissance, position à partir de laquelle il y aura un changement de rythme d'exécution;
- la position où le dos n'est pas trop incliné vers l'avant et où le bassin s'engage partiellement vers l'avant à la rencontre de la barre;
- la vitesse d'exécution des membres inférieurs à augmenter dans le 2^o tirage;
- l'intentionnalité-agressivité sur la barre au moment de la 2^o accélération - barre au point de puissance.

M.CHABROUD précise qu'en commun, il y a eu la sophrologie, le cinéma, l'accrobranche et l'intervention en pilates. David explique que Joseph PILATES a inventé une méthode de musculation profonde qui demande la sollicitation du muscle transverse de l'abdomen, qui est une espèce de ceinture avec le périnée. Celle-ci permet de pouvoir faire une musculation périphérique sur des mouvements bien spécifiques tels que le butterfly. Ce type de musculation est bénéfique pour le gainage.

PROGRAMME STAGIAIRES CULTURISME

Les 3 & 4 novembre, les stagiaires ont pu améliorer leurs connaissances et savoir-faire en abordant des aspects théoriques et pratiques tels que:

- ✓ L'isolation musculaire
- ✓ La traumatologie musculaire -Prévention
- ✓ La Nutrition sportive

PROGRAMME STAGIAIRES REMISE EN FORME

Le dimanche 5 novembre, les stagiaires inscrits dans cette activité, ont pu s'exercer pendant toute une journée aux pratiques suivantes:

- ✓ Le Cardio-boxe
- ✓ Le step
- ✓ La zumba
- ✓ La sensibilisation aux notions de rythme - savoir compter sur la musique

M.CHABROUD précise que la Conférence aura lieu le 15 décembre, elle devait avoir lieu initialement les 3 et 4 novembre 2012. Dans l'objectif de s'ouvrir aux autres disciplines, elle est destinée aux licenciés mais également aux autres moyennant 10 euros de participation, plus le repas.



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

Cette information a été publiée sur le site et sur les e-mails des 149 CTS de la région Rhône-Alpes. Ces derniers ont eu pour mission d'informer les athlètes et leurs clubs. M.CHABROUD a transmis l'information à l'Université de Grenoble et celle de Lyon 1. Il s'occupera de l'introduction du stage le matin, et interviendra pour les staps. La fiche d'inscription est présente sur le site. La Fédération prend en charge les 10 premiers candidats licenciés et extérieurs à la Ligue.

Force Athlétique

M.MONTORIER souligne que la date du stage de Force Athlétique, avec l'intervention de Sébastien MAITRE est à fixer prochainement. Pour intéresser les athlètes, M.NOHALES conseille de leur parler d'un entraînement de l'élite en commun. Avec l'aide de M.BUCHS, il va fixer 3 dates en fonction du calendrier, et les proposer à M.CHABROUD et aux clubs de St Etienne, St Martin d'Hères et Grenoble. Le club d'Auvergne avec Hassane, sera également invité. M.NOHALES propose d'établir une liste des athlètes de haut niveau, de les contacter et leur envoyer un courrier.

Pour information, les athlètes de haut niveau sont ceux inscrits sur la liste ministérielle. En Force Athlétique, il doit y en avoir 10.

M.BUCHS nous fait le compte-rendu du stage de Force Athlétique du 10 et 11 novembre 2012.

Il y a eu 10 athlètes sur 12 inscrits, soit beaucoup plus que l'année dernière où il y en a eu que 4, l'information a donc bien circulée avec un affichage dans les clubs. Le stage a débuté par la diététique et Emilio SANCHEZ qui est de plus en plus pointue puis par la sophrologie avec Dominique VIRILI et des séances de psychologie personnelle, de relaxation du corps et de l'esprit qui ont bien fonctionnées.

La réglementation et l'historique de la force ont suivis. Pour le dimanche, il y eu une étude de la technique ainsi qu'une analyse sur une préparation à un championnat. Il y avait une bonne ambiance, puis le stage s'est terminé avec un petit test sur diverses questions qui a démontré que tous les stagiaires ont bien suivis. Ce stage a permis d'approfondir leurs connaissances et leur technique.

M.BUCHS rajoute qu'il devait y avoir un stage d'arbitres le 24 novembre à la Fédération, qui a été annulé pour faute de participants. M.NOHALES a rédigé un courrier afin que chaque club ait au moins un arbitre régional. M.BUCHS indique qu'au niveau de l'arbitrage, la fédération lui impose que les arbitres qui n'ont pas arbitré pendant deux ans, ne peuvent plus le faire sauf s'ils effectuent un stage de recyclage, comme Etienne LITED en haltérophilie. Clémentine DELPIEU, François CHAZELLE, et Eric MACHABERT n'ont pas été recyclés donc ils ne peuvent plus arbitrer.

M.BUCHS précise qu'il n'a plus eu de nouvelles de M. ANDRE Jean-Luc du club de Navis, suite à la dissolution du club et que Kader BAALI, arbitre national ne souhaite plus arbitrer.

M.BUCHS précise qu'actuellement il y a en Région Rhône-Alpes 18 arbitres, dans le Lyonnais il y a 3 arbitres internationaux, 1 national et 5 régionaux et qu'en Dauphiné Savoie, il y a 1 international, 1 national et 7 régionaux.

Pour les arbitrages, M.MONTORIER propose de valider tous les nouveaux arbitres en comité directeur, ce qui n'a pas été fait depuis au moins l'année dernière. Pour le prochain comité directeur, la liste sera à préparer afin de la valider.

Haltérophilie:

M.MONTORIER précise que pour l'haltérophilie, un stage d'arbitre était organisé le week-end du 3 et 4 novembre. Trois candidats s'étaient inscrits mais il a consigné un seul participant, il a donc annulé le stage sans prévenir les 2 candidats non enregistré. Ces deux personnes se sont déplacées pour rien à Voiron, leur déplacement a été pris en charge.



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

4- Prévisionnel 2012 / 2013 – Point sur les affiliations clubs 2012 /2013

a) Le tableau ci-dessous, détaille le budget prévisionnel pour la saison 2012/2013, élaboré par M.MONTORIER.

BUDGET PREVISIONNEL 2012-2013

CHARGES		PRODUITS	
Fonctionnement Général :	24 870,00	Adhésions :	27 500,00
FAG Assemblée Générale	1 900,00	Affiliations Clubs : (1 AF)	8 000,00
FCD Réunion Comité Directeur	2 500,00	Ristournes licences : (1 LR)	18 000,00
FCT Commissions Techniques	2 000,00	Actions de parrainage	1 500,00
FRL Représentation Ligue + projets	6 000,00		
FSE Secrétariat général	1 100,00		
FVS Comptabilité Secrétariat	4 285,00		
FRL Site de la ligue	250,00		
FVF Salaires charges encadrement	5915,00		
FVT Frais de banque	100,00		
FVZ Assurance et cotisation	820,00		
Formation :	11 500,00		
DAC Formation arbitre culturiste	800,00		
DAF Formation arbitre FA	1 100,00	Subventions 2013 :	44 000,00
DAH Formation arbitre haltéro	1 500,00	CNDS 2013 : (1 CN)	25 000,00
DER Formation initiateur régional	5 000,00	Conseil régional Rhône-Alpes : (1 CR)	19 000,00
DIV Formation diverse	600,00		
Colloque musculation	1 000,00		
Reversement Part FFHMFAC 50 x 30	1 500,00		
		Participations clubs : (1 PS)	5 450,00
Stages athlètes :	6 500,00		
SAC Culturisme Hommes	800,00	Clubs : participations stages	650,00
Culturisme Femmes	800,00	Formation AAR (DER) 160 € x 30	4 800,00
SAF Force Athlétique&DC	2 000,00		
SAH Haltérophilie	2 900,00		
Compétitions :	29 000,00		
CAC Arbitrage culturisme	400,00	Produits financiers : (1 ZF)	620,00
CAF Arbitrage FA	2 000,00		
CAH Arbitrage haltérophilie	3 000,00		
CCT Frais déplacement+télé+bureau	2 000,00		
CDI Compétition internationale	10 000,00		
CRA4 Chpt France Comité Cadets	1 200,00		
CRA5 Grand Prix RA Halt Oyonnax	1 500,00		
CRAR Récompenses compétiteurs	2 500,00		
CRAV Récompenses vétérans	400,00		
Coupe RA Force Athlétique Ricamarie	1 000,00		
Vidéo projecteur écran géant Bâches	5 000,00		
Subventions Clubs :	5 700,00	Dons :	
VDV Divers	750,00		
VEL Elite	150,00		
VIN Matériel informatique Vidéo Projecteur	1 400,00		
VMA Matériels divers :	500,00		
VRA Reversement Part AAR 50 x 30	1 500,00		
Reversement Part 2° niveau Zone 30 x 20	600,00		
VZO Organisation compétition Zone	300,00		
DIV Aide à la Pratique féminine	500,00		
Dons Associatifs :	1 200,00	Dons Associatifs :	1 200,00
TOTAL	78 770,00	TOTAL	78 770,00



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

***Au niveau des produits:**

Adhésions: Pour les affiliations clubs, 50 clubs à 160 euros soit 8 000 euros, même si l'année dernière il y en a eu que 40. Avec l'action menée cette année, c'est-à-dire l'envoi des courriers à l'ensemble des mairies, pour adhérer à la Fédération Française HMFAC, il est possible de dépasser les 40 clubs. Au niveau des ristournes licences: le budget a été réduit car il y avait 4807 licences et à la date d'aujourd'hui uniquement 3251, nous avons du retard et ce constat nous amène à la prudence. Pour l'action de parrainage: le budget reste le même.

Subventions 2013: Au total 44 000 euros pour le CNDS et la région.

M.MONTORIER précise qu'il faudra être performant dans la constitution des dossiers suite à la perte de l'aide de TSF de 5000 euros. Celle-ci devra donc être compensée.

Participations clubs: le budget va baisser, c'est ce qui correspond à ce qu'on perçoit de la formation d'assistant animateur. Il n'y aura pas d'augmentation cette année, ils seront sûrement 30. Au niveau des participations sur les stages, il faudra vérifier les clubs qui n'ont pas payés, M.MONTORIER leur fera une relance en même temps que les affiliations. Le budget reste stable.

Produits financiers: cette année on table sur 620 euros, car nous avons pu placer des sommes sur le livret.

Pour les dons, M.MONTORIER précise que M. PROTON (ancien président du Lyonnais) faisait des dons ce qui n'est plus le cas car il est décédé. Les dons associatifs correspondent aux personnes qui ne se font pas rembourser leurs déplacements et qui les déclarent sur leur avis d'imposition.

***Au niveau des charges:**

+ Pour le fonctionnement général: Assemblée Générale, le budget est de 1900 euros mais ce chiffre sera certainement moins important. L'année dernière, les récompenses s'élevaient à 1500-1600 euros, environ 150 euros pour le pot et la prise en compte des déplacements. Pour les réunions du comité directeur, le budget est de 2500 euros, l'année dernière il était de 2000 euros. M.MONTORIER explique qu'il y aura plus de réunions cette année.

Au niveau des commissions techniques du calendrier, le budget reste stable, il sera éventuellement dépassé car des commissions seront faites par discipline.

Les représentations Ligue et projets correspondent aux jeux de parrainage. Au niveau du secrétariat général, le budget a baissé et est passé à 1100 euros. Celui de la comptabilité et du secrétariat, a quant à lui augmenté par rapport à l'année dernière et est passé à 4285 euros. Pour le site de la Ligue, il y a une forte baisse car Mme COURQUEUX et M.MONTORIER se rencontreront entre 12h et 14h pour la formation sur les statistiques, ne seront pris en charge que les repas, budget d'environ 250 euros. Les salaires charges d'encadrement ont été pris en compte charges comprises. Les frais de banque sont comme l'année dernière à 100 euros et les cotisations d'assurance à hauteur de 820 euros.

+ Pour les formations: Les budgets pour les formations d'arbitres pour les trois disciplines n'ont pas évolué par rapport à l'année dernière. M.MONTORIER précise qu'un stagiaire qui se rend à une formation d'arbitre n'est pas pris en charge par la Ligue mais par son club.

Par contre la Ligue prend en charge le déplacement lorsqu'il passe l'examen pratique. Les budgets de la formation initiateur régional et formation diverse sont restés identiques à ceux de la saison précédente.

+ Les stages d'athlètes sont passés de 4346 euros l'année dernière à 6500 euros cette année. Pour ceux de la Force Athlétique, il y a une augmentation car cette année un stage élite est prévu.



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

+ Les compétitions sont en hausse par rapport à l'année dernière. Les budgets sont restés les mêmes pour l'arbitrage culturisme et haltérophilie, sauf pour la force athlétique qui est passé à 2000 euros. Les frais de déplacement, téléphone et bureau correspondent aux frais de M.CHABROUD et s'élèvent à 2000 euros, le budget reste inchangé. Pour les compétitions internationales, le budget est de 10 000 euros. M.MONTORIER précise que 4061 euros ont déjà été consommés avec le match contre l'Italie, région Emilie Romagne et 3000 euros sont à rajouter pour le déplacement en Tchéquie pour le culturisme. 3000 euros sont prévus pour le match retour contre les Italiens qui sera à faire avant la fin de la saison pour repartir en 2014 et refaire un match international, au mois de avril-mai. Au niveau des demandes de subventions, les 4000 euros dépensés vont passer sur cette année donc fin décembre 2012 et ils devront être justifiés au niveau de la Région et du CNDS car ils fonctionnent par année civile et non par année sportive, d'où le décalage. Début 2013, il restera 6000 euros, et nous demanderons des subventions au niveau du CNDS et de la Région, pour les compétitions en Italie et en Tchéquie. Pour 2014, il faudra présenter le projet haltérophilie et force athlétique, ainsi qu'un projet haltérophilie et culturisme, l'année suivante.

Pour les Championnats de France de Comités Cadets, M.MONTORIER précise que la sélection se fera par listing, les 6 meilleures équipes régionales Françaises se rencontreront à Paris. Nous avons très peu de chance d'y participer. La Suisse Romande a invité la Ligue à participer à une rencontre pour des jeunes de moins de 15 ans, le 24 novembre 2012. Nous n'avons pas pu répondre positivement à cette demande. Le budget de 1200 euros correspond à un projet de déplacement en Suisse avec notre équipe de jeune.

Pour le Grand Prix Rhône-Alpes d'Haltérophilie à Oyonnax, le budget de 1500 euros est en légère hausse par rapport à l'année dernière. Le poste concernant les récompenses vétérans est en augmentation de 100 euros. M.MONTORIER explique que pour le 8 décembre à Oyonnax, 50 couteaux ont été commandés. Au niveau du vidéo projecteur, écran géant et bâches, il est prévu un budget de 5000 euros, sachant que 3000 euros ont déjà été dépensés.

+ Les Subventions Clubs: La ligne Brevet d'État de 800 euros a été supprimé, en divers, le budget se maintient à 750 euros et celui pour le matériel informatique est de 1400 euros, il est prévu pour l'achat de deux ordinateurs et deux vidéoprojecteurs. Le budget pour matériels divers est fixé à 500 euros et est prévu pour la réparation du matériel. Le reversement de la participation du 2° niveau de formation zone est fixé à 600 euros. P.MONTORIER annonce que pour cette subvention, elle sera soit reversée directement aux personnes concernées soit aux clubs, selon la demande. Au niveau de l'organisation de compétition de zone, il rajoute qu'une seule date est fixée cette année à Villefranche et éventuellement pour un Critérium. La somme de 300 euros est prévue pour ce poste. Concernant l'aide à la pratique féminine, 500 euros sont dédiés à l'achat d'une barre féminine.

M.PIGUET demande si le repas des arbitres dans les compétitions sont prévus. M.MONTORIER répond qu'ils sont pris en charge, mais uniquement pour les arbitres de la région Rhône-Alpes.

M.MONTORIER termine en indiquant qu'il y a un équilibre à 78 770 euros entre le poste des charges et des produits. Il précise que sans l'augmentation de 15 à 20 euros de l'heure des intervenants, le budget serait de 76 019 euros, ce qui fait une augmentation total de 3,4%. M.PIGUET rappelle que le budget prévisionnel a toujours augmenté de 3% d'une année sur l'autre, et ne doit pas dépasser 10%. M.MONTORIER explique que ce qui a augmenté par rapport à la saison dernière, ce sont les aides plus importantes du CNDS et de la Région.

Ce dernier demande pourquoi il y a eu une hausse pour l'arbitrage en force athlétique. M.NOHALES répond que cette augmentation s'explique par les déplacements de plus en plus longs sur la région.



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme
 Pour la proposition d'augmentation de la rémunération des intervenants de la Ligue de 15 à 20 euros à l'heure, M.MONTORIER annonce qu'elle sera faite à effet rétroactif au 1^{er} septembre 2012, en rajoutant des heures de préparation. Il rajoute que M.BAILLET a proposé un prix intermédiaire à 18 euros. Cependant, cette proposition n'est pas retenue.

VOTE : l'augmentation de la rémunération est votée à l'unanimité moins 1 voix des présents.

M.CHABROUD présente le projet des 3 maquettes du logotype, réalisé par l'infographiste.
 M.MONTORIER souhaite que le logo ait moins de couleurs. De plus, la LRA HMFAC Rhône-Alpes ainsi que le dessin des athlètes des 3 disciplines doivent être visibles.
 M.CHABROUD indique qu'il va relancer l'infographiste.

b) Point sur les Affiliations clubs:

Valence a payé, Vienne, La tour du Pin, St Vallier, Bourg de Péage, Ricamarie, Pierrelatte, Le Pouzin, Châtillon devraient payer. Des relances seront effectuées.
 En principe, 40 clubs seront affiliés, et nous espérons que d'autres clubs vont adhérer par le biais de notre courrier aux mairies. M.MONTORIER annonce la disparition de l'ALE Navis, club de René MARCHIONI et la non ré affiliation à la Fédération du SEP Cours la Ville.
 Pour ce début de saison les chiffres ne sont pas bons 42 clubs affiliés à la Fédération et 3321 licences. Il nous précise que le HC Grenoble est labélisé par la Fédération « club formateur » et label FFHMFAC « santé musculation loisir », le CH St Baldoph le label FFHMFAC « club formateur ». Les clubs doivent monter un dossier pour demander la labellisation.

5- Assemblée Générale du 2 décembre 2012 : Candidatures au Comité Directeur

M.MONTORIER précise qu'il y a 24 candidatures pour l'Assemblée Générale du 2 décembre 2012. La répartition a été faite par département (cf. tableau ci-joint).

AG 02 12 2012 à Saint-Priest 24 Candidatures

01 - Oyonnax : LYAUDET Chrystel LYAUDETPatrick - Viriat CIEPLICK Jean-Pierre	3	42 – Saint-Etienne COURQUEUX Cécile	1
07 – Aubenas : VIALLE Raphaël	1	73 – Saint-Baldoph BAILLET Jérôme	1
26 – Néant		74 - Néant	
38 – La Tour du Pin DOREL Philippe - La Verpillière MESNIL Simone GUENNEC Gérard RUIZ Franck VIEILLY Thierry - St Martin d'Hères GUENNEC Edith BUCHS Christian BAALI Kader - Grenoble PIGUET Jean-Pierre	10	69 - Vaise MARTIN SOLER Manuel - Vaulx-en-Velin MONTORIER Philippe DURGUERIAN Sarkis ZITOUNI Farès - Villefranche ROCHE Martine NOHALES Bernard ROMANO Gilbert - Saint-Priest SANDON Pierre	8
VIRGA Stéphane			

Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

Il explique que M.DOREL devra être à jour de sa licence, sinon il sera retiré de la liste.

La proportion entre disciplines est la suivante: 5 culturistes, 9 en force athlétique et 10 en haltérophilie. M.MONTORIER précise qu'à l'Assemblée Générale le vote se fera à bulletin secret, et non à main levée.

VOTE : Les candidatures sont validées à l'unanimité sauf M.DOREL (0 contre ; 5 abstentions ; 7 pour) et sous réserve de la mise à jour de sa licence.

David CHABROUD précise que pour le Contrat d'Objectifs, le bilan des fiches est en cours. En 2012, nous avons été subventionnés pour un montant total de 18 522 € et ce montant sera reporté sur l'année 2013. Pour le contrat d'objectif 2013 avec la région Rhône-Alpes, les thématiques abordées sont identiques à celles de 2012, avec en plus le schéma de cohérence des équipements sportifs :

- Formation des arbitres et des assistants animateurs
- Les stages d'athlètes (détection et formation de l'élite régionale)
- Le jeu de parrainage
- Développement de l'UNSS
- Manifestation internationale
- Investissement (achat vidéo projecteur – écran géant – bâches – équipement athlètes HN)
- Schéma de cohérence des équipements sportifs, il sera indispensable de présenter ce projet lors de l'Assemblée Générale, afin qu'il ait plus d'impact.

Comme le mentionnent les tableaux de compte de résultats et le bilan synthétique du 01/09/11 au 31/08/2012 ci-dessous, le total des produits est de 74314 euros et le total des charges 61 968 euros, soit un bénéfice dégagé de 12346 euros. Pour cette année, il n'y a pas beaucoup d'augmentation car le total du budget prévu est de 78 770 euros. M.MONTORIER souligne que le budget prévisionnel de 69 000 euros de l'année dernière a été dépassé.

Dossier : LIGUE RA HMFAF

Bilan synthétique

Le 27/11/2012

BILAN SYNTHETIQUE

LRA HMFAF

Bilan du : 01/09/2011 au 31/08/2012

Avec brouillard

Hors simulation

Soldes N-1 de l'exercice

ACTIF	Exercice N			N-1 Net	PASSIF	Exercice N net	Exercice N-1 net
	Brut	Amortissements et provisions	Net				
Actif immobilisé :					Capitaux propres		
Immobilisations incorporelles					Capital		
- Fonds commercial					Ecart de réévaluation		
- Autres					Réserves :		
Immobilisations corporelles	52 443	47 094	5 349		- Réserve légale		
Immobilisations financières					- Réserves réglementées		
TOTAL I	52 443	47 094	5 349		- Autres		
Actif circulant :					Report à nouveau	35 724	
Stocks et en-cours (autres que merchandises)					Résultat de l'exercice (bénéfice ou perte)	12 346	
Merchandises					Provisions réglementées		
Avances et acomptes versés sur commandes					TOTAL I	48 070	
O'réances :					Provisions pour risques et charges (II)		
Clients et comptes rattachés	2 924		2 924		Dettes		
Autres	29 591	762	28 829		Emprunts et dettes assimilées	434	
Valeurs mobilières de placement					Avances et acomptes reçus sur commandes		
Disponibilités (autres que caisse)	15 133		15 133		Fournisseurs et comptes rattachés	2 663	
Caisse					Autres	1 069	
TOTAL II	47 649	762	46 886		TOTAL III	4 166	
Charges constatées d'avance (III)					Produits constatés d'avance (IV)		
TOTAL GENERAL (I+II+III)	100 092	47 856	52 235		TOTAL GENERAL (I+II+III+IV)	52 235	



COMPTE DE RESULTAT SYNTHETIQUE

LRA HMFAC

Edition du : 01/09/2011 au 31/08/2012

Soldes N-1 de l'exercice

Avec brouillard

Hors simulation

CHARGES (Hors taxes)	Exercice N Net	Exercice N-1 Net	PRODUITS (Hors taxes)	Exercice N net	Exercice N-1 net
CHARGES D'EXPLOITATION :			PRODUITS D'EXPLOITATION		
Achats de marchandises			Ventes de marchandises		
Variation de stock (marchandises)			Production vendue (biens et services)	11 100	
Achats d'approvisionnement			Production stockée		
Variation de stock (approvisionnement)			Production immobilisée		
Autres charges externes	40 362		Subventions d'exploitation	61 440	
Impôts, taxes et versements assimilés			Autres produits	4	
Rémunération du personnel	5 449		Produits financiers	262	
Charges sociales	1 516				
Dotations aux amortissements	1 537				
Dotations aux provisions					
Autres charges	13 104				
Charges financières					
TOTAL (I)	61 968		TOTAL (I)	72 806	
CHARGES EXCEPTIONNELLES (II)			PRODUITS EXCEPTIONNELS (II)	1 508	
IMPOTS SUR LES BENEFICES (III)					
TOTAL DES CHARGES (I+II+III)	61 968		TOTAL DES PRODUITS (I+II)	74 314	
BENEFICE OU PERTE	12 346				
TOTAL GENERAL	74 314		TOTAL GENERAL	74 314	

M.PIGUET nous informe qu'il reste 29 000 euros sur le livret et 535 euros sur le compte courant. Il précise qu'il va y avoir de grosses dépenses pour les stages et les intervenants donc le budget va diminuer.

6- Demandes de subventions et questions diverses

* Une subvention exceptionnelle a été demandée par Dominique DUMAS pour son stage en nutrition qu'elle fait actuellement sur Paris. M.MONTORIER demande si on lui octroie une somme de 150 euros.

VOTE : Le versement de cette subvention d'un montant de 150 euros est voté à l'unanimité.

* Demande du Club de Grenoble pour la subvention informatique d'un montant de 350 euros.

VOTE : Cette subvention est approuvée à l'unanimité.

*A l'initiative de M.MONTORIER, demande de subvention pour le club de Saint Baldoph qui organise le 2^{ème} tour du Championnat de France de National 2. Le club a adressé une facture de 165 euros pour l'achat de maillots.

M.MONTORIER propose que celle-ci soit prise en charge dans les subventions pour la pratique féminine.

VOTE : Subvention de 150 euros approuvée à l'unanimité et sera prise en charge en tant que subvention féminine.

Le prochain comité directeur aura lieu **le dimanche 20 janvier 2013 à La Verpillière**.
L'ordre du jour étant épuisé, M.MONTORIER clôture la réunion à 17h15.

Le Président de la Ligue RA HMFAC,

Philippe MONTORIER



Ligue Rhône-Alpes ^{Région}



Fédération Française d'haltérophilie musculation, force athlétique, culturisme

Comité Directeur du dimanche 25 novembre 2012- Verpillère			
Membres CD	Signatures	Membres CD	Signatures
BAILLET Jérôme		LYAUDET Chrystel	
MONTORIER Philippe		MARTIN-SOLER Manuel	
VIALLE Raphaël	Excusé	NOHALES Bernard	
GUENNEC Gérard		BUCHS Christian	
PIGUET Jean-Pierre		DUMAS Dominique	Excusée
MERMET Marc	Excusé	ROMANO Gilbert	
DURGUERIAN Sarkis		VIEILLY Thierry	
ROCHE Martine	Excusée	LYAUDET Patrick	
REVILLON Marcel		DUBOUCHEZ Raphaël	Excusé
MARTINS Nathalie		CHABROUD David	