

# RAPPORT D'ACTIVITÉS

# ANNÉE 2024

# TABLE DES MATIÈRES

ACTIVITÉS SPORTIVES.....	3
Section Golf.....	4
Section Tennis.....	4
Section Fitness.....	5
Section Marche et Course à pied.....	5
Section Pilates.....	6
Pilates Caupian – mardi midi :.....	6
Pilates Caupian – lundi soir :.....	6
Pilates Caudéran – mardi midi :.....	6
Section Yoga.....	7
Section Self-Défense.....	8
Section badminton – padel.....	8
Section ping-pong.....	8
ACTIVITÉS CULTURE.....	9
Section Théâtre :.....	9
Sortie Opéra de Bordeaux.....	9
Sortie vélo street art.....	9
Concours FNASCE.....	9
ACTIVITÉS ENTRAIDE.....	10
Réservations Unités d’Accueil.....	10
Repas partagé/auberge espagnole, crêpes party, friperie.....	10
Service café.....	10
Réservation Mobile-Home.....	11
Noël des enfants.....	11
Offres ponctuelles de services.....	11
Offres communes.....	12
ACTIVITÉS LOISIRS.....	13
Bowling.....	13
Chandeleur.....	13
Afterwork jeux de société.....	13
Match Rugby UBB vs Saracens.....	14
Initiation Golf.....	14
Canoë sur la Leyre.....	14
Tournoi de pétanque.....	14
Fatbike.....	15
Cours de surf.....	15
Escape Game.....	15
Balade Catamaran sur le Bassin.....	16
Escalade.....	16
Concours photo.....	16
Foulées des vigneron.....	17
Prison Island.....	17
Visite Brasserie Effet Papillon.....	17
Voyage URASCE Bruxelles.....	18
Cours de cuisine.....	18
Bubble foot.....	18
Afterwork cité du vin.....	18

# ACTIVITÉS SPORTIVES



## LES ACTIVITÉS SPORTIVES 2024-2025

### PADEL&BAD

**CARTE**  
15€/AN  
**TARIF PARTIE PADEL**  
ADHÉRENT : 8€  
EXTÉRIEUR : 12€  
**TARIF PARTIE BAD**  
ADHÉRENT : 4€  
EXTÉRIEUR : 8€



**VOLLEY**  
PRATIQUE LIBRE  
CAUPIAN

**TENNIS**  
**ACCÈS TERRAIN**  
ADHÉRENT : 40€/AN  
EXTÉRIEUR : 80€/AN  
**COURS DE TENNIS**  
ADHÉRENT : 110€/AN  
EXTÉRIEUR : 150€/AN  
**LICENCE TENNIS**  
30€/AN



**SOCCER 5**  
**TARIF PAR PARTIE**  
ADHÉRENT : 2€  
EXTÉRIEUR : 4€

**MARCHE**  
**COURSE A PIED**  
PRATIQUE LIBRE



**GOLF**  
**ADHÉSION SECTION**  
ADHÉRENT : 20€

### SELF-DÉFENSE

**COURS**  
ADULTE : 60€



**FITNESS**  
**COURS**  
ADHÉRENT : 100€  
EXTÉRIEUR : 140€



**YOGA**  
**COURS**  
ADHÉRENT : 120€  
EXTÉRIEUR : 170€

**PILATES**  
**COURS**  
ADHÉRENT : 100€  
EXTÉRIEUR : 140€

### FITNESS + PILATES

ADHÉRENT : 160€  
EXTÉRIEUR : 230€



### FITNESS + PILATES + YOGA

ADHÉRENT : 220€  
EXTÉRIEUR : 310€



### YOGA + PILATES OU YOGA + FITNESS

ADHÉRENT : 180€  
EXTÉRIEUR : 255€

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Ponctuellement**

YOGA  
Salle ASCE

PILATES  
Salle ASCE

SELF-DÉFENSE  
Salle ASCE  
*bimensuel*

FITNESS  
Salle ASCE

GOLF  
Mérignac

TENNIS  
Caupian

PILATES  
Labo DLB

COURSE A PIED  
Caupian

VOLLEY  
Caupian

PILATES  
Salle ASCE

MARCHE  
Caupian

PADEL&BAD  
Girondins  
*bimensuel*

SOCCER 5  
UrbanSoccer

# Section Golf

Responsable de l'activité : ANDRIEU Aurélien

Jours – Horaires – lieux de l'activité : Des sorties se déroulent sur le Golf de Mérignac et de Lacanau. Les adhérents participent également à des compétitions.

Tarifs pratiqués année 2025 : 20 € (adhésion à la section) + 58 € (licence obligatoire)

Nombre d'adhérents à l'activité : 19

Achats de matériel : RAS

Bilan de l'activité 2024 : L'ASCE 33 CEREMA a terminé à une belle 3<sup>e</sup> place au championnat entreprise UGOLF 2024. La section a permis à 7 joueurs d'assister à des cours collectifs réguliers au Golf Practice Academy à Mérignac. Une sortie a été organisée au golf de Pinsolles (Landes) à l'été 2024.

# Section Tennis

Responsable de l'activité : BORDERON Gregory

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section tennis fonctionne à un rythme hebdomadaire, le lundi de 12 h à 13 h.

Les cours sont assurés par Alain

Tarifs pratiqués année 2025 : 110 € (37 € sept-déc et 73 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 8 adhérents

Achats de matériel : demande pour 2025 : balles, anti-mousse, organisation journée repas-nettoyage.

# Section Fitness

Responsable de l'activité : CRIADO Stéphanie

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section Pilates fonctionne à un rythme hebdomadaire, le jeudi de 12 h à 13 h.

Les cours sont assurés par Marine

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 € (33 € sept-déc et 67 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 10 adhérents

Achats de matériel : mutualisé avec les Pilates mardi midi

Bilan de l'activité 2024 : La prof est très appréciée et les participants sont satisfaits des cours dispensés.

# Section Marche et Course à pied

Responsable de l'activité : HANDTSCHOEWERCKER Eddy

Jours – Horaires – lieux de l'activité : Des sorties collectives sont organisées en moyenne 1x par mois ayant pour objectif de faire découvrir les pistes avoisinantes, de faire se rencontrer les coureurs de même niveau afin de faciliter des entraînements plus réguliers par sous-groupe, de préparer les courses locales proposées par l'ASCE.

Tarifs pratiqués année 2025 : gratuit

Nombre d'adhérents à l'activité : 15 personnes

Achats de matériel : RAS

Bilan de l'activité 2024 : un niveau de participation aux sorties collectives fluctuant entre 5 à 10 personnes. Une très belle représentation de l'ASCE 33 Cerema à la Foulée des Vignerons le 13 octobre où nous étions 17 coureurs-marcheurs.

# Section Pilates

## **Pilates Caupian – mardi midi :**

Responsable de l'activité : MUNOZ Ghislaine

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section Pilates fonctionne à un rythme hebdomadaire, le mardi de 12 h à 13 h.

Les cours sont assurés par Valérie.

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 € (33 € sept-déc et 67 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 21 adhérents

Achats de matériel : besoin pour 2025 de 10 élastiques et 5 anneaux de Pilates.

Bilan de l'activité 2024 : La prof est toujours très appréciée par les participants.

## **Pilates Caupian – lundi soir :**

Responsable de l'activité : DIBOUNE Sabah

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section Pilates fonctionne à un rythme hebdomadaire, le lundi de 17h30 à 18h30.

Les cours sont assurés par Anne-Laure.

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 € (33 € sept-déc et 67 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 8 adhérents

Achats de matériel : non

Bilan de l'activité 2024 : La prof a une approche très différente de celle de Valérie (Méthode de Gascet), les cours sont variés et complémentaires.

## **Pilates Caudéran – mardi midi :**

Responsable de l'activité : PAJOT Cyril

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section Pilates fonctionne à un rythme hebdomadaire, le mardi de 12 h à 13 h.

Les cours sont assurés par Marine.

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 € (33 € sept-déc et 67 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 12 adhérents

Achats de matériel : non

Bilan de l'activité 2024 : La prof est très appréciée et les participants sont satisfaits des cours dispensés.

## Section Yoga

Responsable de l'activité : POUX Jean-Michel

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section yoga fonctionne à un rythme hebdomadaire, le lundi de 12 h à 13h15.

Les cours sont assurés par Sylvie

Tarifs pratiqués année 2025 : 120 € (40 € sept-déc et 80 € janv-juin).

Nombre d'adhérents à l'activité : 10 adhérents

Achats de matériel : RAS

## Section Soccer

Responsable de l'activité : DEFOE Anthony

Jours – Horaires – lieux de l'activité : Urban Soccer de Mérignac. Pas d'activité en 2024 mais des matchs ponctuels seront organisés en 2025 en fonction de la demande et des disponibilités de chacun.

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 tickets ont été achetés. Ce système de tickets permet aux adhérents de bénéficier d'un tarif CE et d'une participation de l'ASCE 33 Cerema

Nombre d'adhérents à l'activité : Pas d'activité en 2024

Achats de matériel : RAS

## Section Self-Défense

Responsable de l'activité : ALOGNA Stacy

Jours – Horaires – lieux de l'activité : La section self-défense fonctionne à un rythme hebdomadaire, le mercredi de 12h15 à 13h15.

Les cours sont assurés par un professeur de Krav Maga : Thierry Favreau.

Tarifs pratiqués année 2025 : 100 € pour l'année civile 2025.

Nombre d'adhérents à l'activité : 12 dont 8 adhérents extérieurs

Achats de matériel : non

Bilan de l'activité 2024 : Les techniques de base ont été apprises pour savoir se défendre en cas d'agression.

Plusieurs types d'agression ont été vus : saisie sur vêtement, saisie sur poignet, étranglement, encerclement, menace au couteau, etc. L'objectif est d'acquérir des réflexes pour pouvoir réagir rapidement. Les cours sont tous niveaux et aucun prérequis n'est nécessaire pour participer.

## Section badminton – padel

Responsable de l'activité : PAJOT Cyril

Jours – Horaires – lieux de l'activité : Pas d'horaire fixe, les sessions s'organisent en fonction des disponibilités des adhérents, à raison d'environ une sortie par mois.

Tarifs pratiqués année 2025 : 15 € l'adhésion en 2024 qui passera à 20 € en 2025 (Prix Girondins)

Nombre d'adhérents à l'activité : 14 adhérents

Bilan 2024 : Cette section a été créée en fin d'année 2024, avec une première sortie le 24 octobre. Sur la fin d'année 2024 ce sont 1 séance de Bad et 3 séances de Padel qui ont été organisées.

## Section ping-pong

Le tournoi 2024/2025 est en cours. Il reste les demi-finales et la finale à disputer à Caupian, tandis qu'à Caudéran, Laurent Fritz l'a brillamment remporté. Il défiera le vainqueur de Caupian et à l'issue sera désigné le champion de l'ASCE 33 CEREMA.

# ACTIVITÉS CULTURE

## Section Théâtre :

Activité animée par Mireille Berger, retraitée du Cerema et comédienne dans une troupe sur Mérignac, c'est la metteuse en scène de cette section.

Achats de matériel : Participation bénévole de Mireille, les seuls frais engagés ont été l'adhésion à l'iddac pour louer du matériel de spectacle en vue d'une représentation à l'ASCE .

Nombre d'adhérents à l'activité : 5 participants à l'activité dont 2 membres actifs (IGN) et 3 extérieurs.

Jours – Horaires – lieux de l'activité : Section présente les mardis soir pour répétition d'une pièce commencée en 2023 à partir de 18h30 à 21h30 suivant les dispo des comédiens.

Perspective 2025 : représentation initialement prévue pour juin de cette année mais en raison de déplacements professionnels de certains comédiens la pièce est reportée pour être jouée plutôt sur la fin de l'année 2025. Des difficultés ont été rencontrées en plus des contraintes de disponibilité des participants pour la section : impossibilité de trouver des créneaux disponibles pour jouer la pièce le week-end dans la salle ASCE (très prise depuis début 2025).

Une demande a été faite de certains membres du bureau pour une section théâtre moins engageante de type théâtre d'impro.

## Sortie Opéra de Bordeaux

Un tirage au sort a été effectué car il y avait 44 demandes pour 40 places. La pièce « Casse-noisette » a été appréciée par les spectateurs, malgré un placement trop latéral pour les places en catégorie 3.

## Sortie vélo street art

Initialement prévue en septembre 2024 : faute d'inscrits (1 seulement) cette sortie a été reportée pour 2025.

## Concours FNASCE

Quelques réponses des adhérents ont été envoyées pour les défis proposés par la FNASCE.

Vous pouvez retrouver toutes les informations de la FNASCE au niveau culturel sur : <http://www.fnascee.org/jeux-concours-r9434.html>

# ACTIVITÉS ENTRAIDE

## Réservations Unités d'Accueil

Cette année encore, nos adhérents ont montré un fort intérêt pour les séjours en unité d'accueil avec 152 demandes (42 attribués, 25 annulées ou refusées par l'adhérent, 3 annulées par le gestionnaire UA, 82 refusées par le gestionnaire UA).

## Repas partagé/auberge espagnole, crêpes party, friperie

Responsable : Stacy Alogna

Dates : 05 février 2024 (chandeleur), 02 octobre 2024 (repas partagé), 10 décembre 2024 (vide-dressing)

Activités : Moments conviviaux organisés pour tous les adhérents de l'ASCE.



## Service café

Sur le site de Caupian, le service café a rencontré un certain succès en 2024. Vous êtes maintenant nombreux à vous retrouver avec vos collègues après le repas, du lundi au jeudi de 12h15 à 13h15 autour d'un café ou un thé.

Pour plus de convivialité nous avons également aménagé un espace jeux : jeu d'échecs, baby-foot, jeux de société tels que Perudo, Skull, Complot, coinche, belote, tarot...



# Réservation Mobile-Home



Pour les beaux jours 2024, l'ASCE avait réservé un mobil'home au camping Capfun La Paillote à Azur, situé au bord du lac de Soustons. La moitié du linéaire mis à disposition a pu profiter à nos adhérents, les semaines en "basse saison" n'ayant malheureusement pas trouvé preneur.

Suite à ce bilan mitigé, il a été décidé de cibler les secteurs très attractifs pour les années à venir comme notamment l'île de Ré pour cette année 2025.

## Noël des enfants

Date de l'Événement : Dimanche 8 Décembre 2024

Lieu : Patinoire de Mériadeck, événement partagé avec l'ASCE 33

Nombre de participants : 49 enfants inscrits (43 participants le jour j)

Le dimanche 8 décembre 2024 de 12 h 45 à 18 h, plus de 400 personnes (moment partagé avec ASCE 33) ont partagé un moment convivial, avec une première partie sur la patinoire, puis un goûter autour de nombreuses activités. De plus, un livre a été offert à chaque enfant.

## Offres ponctuelles de services

- La mise à disposition de notre salle associative le week-end : **12 réservations**
- La mise à disposition de matériel : remorque, bricolage et jardinage : **21 emprunts de matériels**
- Le prêt de matériel de ski : **13 paires de skis adultes (+chaussures et bâtons), 7 paires de skis enfants (+chaussures et bâtons), 4 paires de raquettes, 1 luge ont été prêtés pour la saison 2024-2025 .**
- La commande de billets pour « Bordeaux fête le vin » : **42 places commandées**
- La commande de billet Calicéo (aqua-détente) : **20 pass achetés**



# ACTIVITÉS LOISIRS

Les activités ponctuelles proposées par l'ASCE

*Janvier*

## Bowling

Responsable : Leïla Rey

Date : 30 janvier 2024

Nombre de participants : 10 participants

Activité : La **soirée bowling** s'est déroulé le **mardi 30 janvier 2024** et a réuni 10 participants ! Après deux heures de bowling, les participants ont prolongé le plaisir lors d'un moment convivial dans Bordeaux.



*Février*



## Chandeleur

A l'occasion de la chandeleur, l'ASCE 33 Cerema a organisé une dégustation de crêpes, lundi 5 février, entre 9 h et 9h30, en salle ASCE.

Durant ce moment de partage et de gourmandise, les membres du comité directeur se sont rendus disponibles pour répondre aux questions des adhérents sur les différentes activités proposées par l'ASCE.

## Afterwork jeux de société

Date de l'Événement : Lundi 12 février 2024

Lieu : Salle ASCE

Nombre de participants : 10 participants

Le lundi 12 février 2024 de 17h30 à 20 h, 10 adhérents ont partagé un moment convivial en jouant à de nombreux jeux de société.



Avril

## Match Rugby UBB vs Saracens

Match rugby UBB/SARACENS (6 avril) : 38 Participants.

Juin

### Lacanau Initiation golf

dimanche 16 juin 2024



L'ASCE 33 CEREMA vous propose une journée  
"initiation golf" le dimanche 16 juin 2024 à Lacanau.

## Initiation Golf

L'initiation golf en 2024 a réuni 12 débutants au golf du Baganais à Lacanau. Cette formule qui allie le côté sportif et la convivialité (pique-nique partagé à midi) a beaucoup plu aux participants. Damien nous a gratifié d'un "trou en un", performance rarissime, après seulement 4 trous !!!

## Canoë sur la Leyre

Reporté à cause des conditions climatiques

## Tournoi de pétanque

Date de l'Événement : Mardi 25 juin 2024

Lieu : Caupian

Nombre de participants : une vingtaine de participants

Le mardi 25 juin 2024 de 17h30 à 20 h, une vingtaine d'adhérents ont participé au concours de pétanque organisé en interne sur le terrain à côté de la salle ASCE.



Lacanau

## FAT BIKE électrique

dimanche 23 juin 2024



L'ASCE 33 CEREMA vous propose une journée en fatbike électrique pour une balade le long de l'océan autour de Lacanau.

## Fatbike

La sortie Fatbike a réuni 9 personnes pour une balade entre Lacanau et Carcan. Le petit plus de cette sortie est d'avoir pu longer l'océan par la plage, grâce à l'assistance électrique. Le soleil était également au rendez-vous.

## Juillet

### Cours de surf

Responsable : Albéric de Lachèze-Murel

Date : 11 juillet et 8 août 2024

Nombre de participants : 14 et 16

Activité : Organisation de deux cours de surf, au club HCL de Lacanau.



## Août



### Escape Game

Responsable : Leïla Rey

Date : Jeudi 22 août

Nombre de participants : 11 participants

Activité : Organisation d'une session d'escape game en deux groupes le jeudi 22 août à Escape Hunt (proche de la gare St Jean), suivi d'un moment convivial dans le centre de Bordeaux.

# Balade Catamaran sur le Bassin

## Arcachon SORTIE CATAMARAN

samedi 31 août 2024



L'ASCE 33 Cerema vous propose une sortie de 2h30 pour découvrir le grand tour du bassin à bord du maxi catamaran "Tip Top One", le plus grand bateaux du Bassin d'Arcachon, avec apéritif ostréicole à bord.

## Septembre

**ESCALADE**  
**CLIMB UP**  
**MÉRIGNAC**  
LE 25/09/24 À 19H- 21H30

INITIATION À L'ESCALADE SUR VOIE AVEC MONITEUR  
TARIFS: ADHÉRENTS = 10€  
EXTERIEURS = 25€

INSCRIPTION AVANT LE 23/10 SUR HELLO-ASSO

ASCE 33  
couleur passion

## Escalade

Responsable : Léo-Paul Clément

Date : 25 septembre 2024

Nombre de participants : 8 participants

Activité : Organisation d'une séance découverte d'escalade, suivi d'un moment convivial à Climb'up Mérignac.

Les participants ont apprécié l'activité, qui sera reconduite en 2025 pour rendre les participants autonomes en escalade de voie.

## Concours photo

4 participations et une dizaine de votes.  
Voici la photo gagnante !



ASCE 33  
couleur passion

**Concours photos**

Thème :  
"Quand la pluie s'invite"

Envoyez une photo avant le 20 septembre à :  
asce33@cerema.fr

Carte cadeaux de 10, 20 et 30€ à gagner !

## Octobre



### Foulées des vigneron

Dimanche 13 octobre, 15 adhérents de l'Asce 33 Cerema ont participé aux Foulées des Vignerons à Arsac sur différentes épreuves : 2 Courses « Nature » de 10 et 18 km, et un parcours Marche de 15 km.

Sous un soleil estival, nos représentants de l'ASCE auront marqué ces épreuves, notamment avec les performances de Brigitte P. et Sabah D. qui terminent respectivement premières de leur catégorie sur les 10 et 18 km, ou encore Martin S. qui termine 7e au classement général du 18 km en moins d'1h18.

L'ASCE est très satisfaite de cette forte participation et le responsable section envisage déjà une nouvelle épreuve au printemps 2025.

### Prison Island

Responsable : Leïla Rey

Date : Mardi 29 octobre 2024

Nombre de participants : 26 participants

Activité : 26 adhérents se sont affrontés par équipe de 4 à 5 personnes sur les 30 cellules de Prison Island, chaque cellule comportait un défi ou énigme à résoudre pour marquer le plus de points possible ! Nos participants ont pu briller par leurs capacités physiques, tactiques ou techniques dans une ambiance ludique.



### Visite Brasserie Effet Papillon

Responsable : Albéric de Lachèze-Murel

Date : 15 octobre 2024

Nombre de participants : 15

Activité : Visite de la brasserie et du chai à barriques pendant 1 h, puis dégustation de 4 bières.

# Voyage URASCE Bruxelles

Report en 2025

*Novembre*

## Cours de cuisine

Un atelier pâtisserie sur la confection de « Number Cake » a eu lieu le samedi 23 novembre dans notre salle ASCE. Les 13 participants ont ainsi pu bénéficier des conseils de notre pâtissière tout en créant et composant leur propre gâteau. Un très bon moment convivial partagé et apprécié par tous.

## Bubble foot

Annulé à cause du manque de participants

*Décembre*

SALLE ASCE - CAUPIAN  
ATELIER PATISSERIE  
"NUMBER-CAKE"  
SAMEDI 23 NOVEMBRE DE 9H30 À 12H30  
ENCADRÉ PAR UNE PROFESSIONNELLE  
INITIATION AUX TECHNIQUES DE PÂTISSERIE  
PRODUITS ET MATÉRIELS FOURNIS  
ASCE33 couleur passion

**Cité du vin**  
*Initiation à la dégustation*  
Atelier 'Vins de Bordeaux' animé par un professionnel  
3 verres à déguster  
**10**  
Décembre **2024**  
Rdv à 19h30  
Cité du Vin  
134 Quai de Bacalan, 33000 Bordeaux  
Limité à 15 participants, inscrivez-vous au plus vite pour assurer votre place.  
Fin des inscriptions le 3/12  
Tarifs :  
10€ / adhérent ou ayant droit  
30€ / extérieur

## Afterwork cité du vin

Responsable : Leïla Rey

Date : Mardi 10 décembre 2024

Nombre de participants : 15 participants

Activité : Organisation d'un atelier d'initiation à la dégustation animé par un professionnel de la Cité du Vin, cette activité a permis au 15 participants d'en apprendre un peu plus sur le vin en dégustant 3 verres. Un moment convivial s'en est suivi aux halles de Bacalan.