



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

Rapport d'activité



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Sports pratiqués

Sport	Membres	Loisir Compétition	Sites
Badminton	90	L	Lyon, Saint-Denis
Basket-Ball	23	L	Saint-Denis
Body Karaté	32	L	Saint-Denis
Equitation	6	C	Ile-de-France
Fitness (Pilates)	13	L	Toulouse
Foot en salle	50	L	Bordeaux, Lyon, Saint-Denis
Golf	58	L+C	Sud-Est, Ile de France
Handball	10	L	Saint-Denis
Karting	7	L+C	Bordeaux
Pétanque	12	C	Bordeaux
Plongée	23	L	Ile-de-France
Running	120	C+L	Tous sites
Squash	19	L+C	Bordeaux, Ile-de-France
Supervision	9	L	Saint-Denis
Tai Chi Chuan	17	L	Saint-Denis
Tennis	39	L+C	Ile-de-France
Tennis de Table	31	L+C	Saint-Denis
Touch Rugby	15	L	Saint-Denis
Volley-Ball	39	L	Saint-Denis
Yoga	83	L	Saint-Denis



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

L'activité des sections



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section Badminton Lyon

- **Détails de la section**

- Nous terminons notre 5^{ème} saison
- Niveau technique à la hausse pour tous les membres
- Nombre d'inscrits à la hausse : **29** vs 25 la saison dernière
- Utilisation de 25 boîtes de volants en 1 an
- 4 membres de la section sont inscrits en club, cette tendance devrait se poursuivre
- Forte hausse des inscriptions féminines : 5 vs 1 la saison dernière
- Equipements : 2 raquettes de prêts sont disponibles pour les séances de test ou en backup

- **Animation de la section**

- Championnat interne
- Tournoi de double et repas de fin d'année organisé au mois de juin

- **Pour la prochaine saison**

- Projet de participation à un Tournoi inter-entreprises
- Relancer la communication de la section, via blog ? Réseaux sociaux ?
- Prévoir des sessions débutants afin de recruter de nouveaux adhérents



Responsables de Section:
Didier CHAPUIS - Saint Priest



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section Badminton Saint-Denis

- La section Badminton à Saint-Denis est un vrai succès :
 - Un nombre d'adhérents en forte croissance : 64 (versus 40 pour la saison 2014-2015).
 - Une section qui attire les hommes (41) comme les femmes (23).
 - Des joueurs de tout niveau avec une majorité de débutants, mais très peu de compétiteurs.
 - Les joueurs plus expérimentés n'hésitent pas jouer avec les débutants, et tout cela dans la bonne humeur 😊
- Horaires :
 - Le double créneau du vendredi (12h20-13h10/13h10-14h) attire toujours le plus de joueurs et est généralement complet.
 - Les créneaux du mercredi soir sont également très fréquentés par rapport à la saison dernière où il n'y avait jamais plus de 6 personnes.
 - La possibilité de monter un terrain le mardi soir en partageant le gymnase avec le Tennis de Table a permis de satisfaire des joueurs qui ne pouvaient pas jouer le mercredi soir ou le vendredi midi.
 - La possibilité de monter un terrain le vendredi à 11h30 sur le créneau du Basket Ball a permis de désengorger les créneaux du vendredi et de faciliter les séances de test.
 - Un nouveau créneau en milieu de semaine durant la pause méridienne serait un plus pour attirer des nouveaux adhérents.
- Organisation :
 - La section tourne bien grâce aux 8 adhérents qui assurent l'ouverture et la fermeture des différents créneaux.
 - L'utilisation du site web Sporteasy pour la réservation des créneaux est une grande réussite. L'inscription est obligatoire pour jouer. Les adhérents en sont très satisfaits car ils sont assurés de jouer dans de bonnes conditions (12 joueurs par créneau le mercredi soir et le vendredi midi, 4 joueurs le mardi soir),



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section Body-Karaté Saint-Denis

- **INSCRIPTIONS Saison 2015-2016**

- Total inscrit = 32 ⇔ +39%
- 2^{ème} année pleine

- **ENTRAINEMENTS :**

- Taux de participation moyen sur l'année = 62% ⇔ +90%
- 48 séances d'1h dans le gymnase du campus (dont 1 séances, à date, de self défense)

- **PROJECTION 2016/2017:**

- 45 inscriptions
 - Mais nécessité de pouvoir faire de la pub car discipline « masquée » par le CMG
- Recherche d'un créneau supplémentaire
 - Cohabitation avec le tennis de table le mardi ???
 - Possibilité de céder le créneau du jeudi 13h à 14h en 1/2 gymnase
- Achat d'une sono « sans fil »

Responsables de Section :

- ✓ Arnaud Deforge
- ✓ Stéphane Fournier

28/06/2016



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section Futsal Bordeaux

Historique :

Voilà maintenant 7 ans que la section Futsal loisir de Bordeaux existe, avec un nombre stable de membres.

Les raisons d'un tel succès s'expliquent :

- Par la proximité avec les terrains de futsal (1Km du bureau)
- Une pratique de la discipline accessible à tous.
- 2 créneaux pré-réservés chaque semaine à l'année le mardi
- Un support de réservation en ligne

Points fort de la section :

Les deux terrains disponibles permettent aux membres de pratiquer chaque semaine, avec au choix un terrain en 5 contre 5, privilégiant la stratégie, les placements et le jeu en équipe, et un terrain en 3 contre 3, plus orienté physique, cardio et technique individuelle.

La salle de musculation permet aussi de maintenir une forme physique avec un accès possible tout au long de l'année, 7J/7 pour les licenciés de la section.

Communication :

Un site web de réservation est ouvert depuis les débuts de la section.

Cet outil est utilisé par nos membres qui peuvent à tout moment consulter ou modifier les réservations.

Responsable de Section :
Denis LAPEYRE



Bilan activités SAISON 2015-2016

*Responsables
Activités Golf*
Roland ROCHE
Pascal HOERNER

*Compétitions
Entreprises*
Manuel VIGER
Franck MALLET





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section Golf Ile-de-France

- **Membres : stabilisation à 45 inscriptions après une année de forte baisse**
- **Organisation et gestion :**
 - de 9 sorties « Compétitions » de Mars à Août, dont 2 WE sur les golfs d'HARDELOT (Picardie) et de SANCERRE (Cher)
 - Moyenne de participation stable de 23 membres à chaque sortie
 - Organisation des Challenges ASNS « FEMINA » et « MEN » et du Trophée de Match Play
 - Compétition Fédérales « Entreprise » => 2 équipes de 4 golfeurs engagées pour la Coupe et le Critérium de Paris
 - Partenariat avec le Groupe SAUR - Blue Green « Entreprises »
- **Les + : bonne ambiance dans le groupe avec de nouveaux participants**
- **Les - :**
 - des tarifs toujours en forte évolution sur l'IdF => impact des cartes de fidélité offrant des tarifs réduits pour les individuels
 - perte de notre sponsor principal « PromoGolf » pour la dotation de fin d'année
- **Les souhaits : pouvoir représenter à la fois l'ASNS et la Marque SFR dans toutes les compétitions « Entreprises » => Logo SFR à apposer sur les polos en sus de celui de l'ASNS + contrepartie d'un budget supplémentaire**



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Handball Saint-Denis

Nombre de membres : 11

Responsable de Section :
Farid SOBH

Historique :

Après 2 années d'existence, nous commençons à avoir une vraie population intéressée et assidue.

En revanche un certain nombre de personnes ne reviennent plus ou de manière épisodique en raison de l'horaire proposé ; soit pour cause de week-end prolongé soit pour cause de réunion assez tôt dans l'après-midi (lundi de 13h15 à 14h00).

L'apport des collaborateurs de Meudon, RD et certains NC ont permis d'étoffer l'effectif, du coup l'empêchement de certains membres nous permet quand même de maintenir les séances.

De plus, la contribution à des oppositions avec nos voisins de Generali permet aux débutants ou ceux reprenant le Hand de progresser assez rapidement.

Il faudrait étudier, à mon sens, de décaler la séance voire d'en programmer une autre, les adhérents sont demandeurs.

1 féminine est venue à quelques séances. Il faudrait prévoir l'achat de ballon de taille adéquate pour les filles.

Karting Bordeaux

- 6 inscrits
- 6 sessions de 2x10 minutes de préparation (au karting indoor de Bordeaux Lac)
- 2 courses en relai de 2h, à Biganos, avec deux équipages (première réalisée en Mars avec les 8 et 10^{ème} places et deuxième en Mai, sous la pluie, avec les 6 et 8^{ème})
- 1 course en relai de 4h, à Biganos, en Juin avec participation d'un équipage
- 1 challenge individuel en Juin à Mérignac
- Toujours dans la bonne humeur, et en intégrant les nouveaux membres, nos pilotes continuent leur progression au contact de participants chevronnés et habitués des circuits





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Pétanque Bordeaux

Nombre de membres : 12

Historique :

Voilà maintenant 4 ans que la section Pétanque de Bordeaux existe, avec un nombre grandissant de membres.

Les raisons d'un tel succès s'expliquent par :

- La mise à disposition d'un terrain sur le site du Netcenter BORDEAUX
- Une pratique de la discipline accessible à toutes et tous
- La convivialité des membres de la section

Moments forts de la section :

La saison 2014-2015 a été marquée par la participation de 5 triplettes au Mondial la Pétanque – La Marseillaise. Nos équipes ont porté avec plaisir les couleurs de SFR, dans le fair play et la bonne humeur.

Les résultats ont été encourageants avec le classement

La saison 2015-2016 verra la participation de 3 triplettes au Mondial 2016.

Un tournoi interne a aussi été organisé sur le site de BORDEAUX avec la participation de plus de 100 salariés !





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Pilates Toulouse

Responsable de Section :
Claude Séguy

- **Nombre de membres : 13 à Toulouse c'est le Coach qui se déplace.**
- **Il y a deux cours par semaine le lundi et le jeudi et les participants sont répartis de façon égale sur ces deux heures (12h30-13h30). Chacun participe a un cours.**
- **Nous avons toujours le même coach et ça se passe vraiment bien. Les cours sont diversifiés c'est-à-dire avec ou sans accessoire (ballons, élastiques, ...). Les participants progressent et ont un bon niveau.**
- **L'ambiance est à la fois concentrée et bon esprit.**
- **Les participants sont assidus et toujours aussi motivés par le bien être que leur apporte cette séance d'une heure.**

Qu'est ce que le Pilate :

Selon son créateur Joseph Pilates (1880-1967), la « Centrology », comme il la dénommait, consistait en : «La science, l'art et le développement coordonné du corps, de l'esprit et de la raison, à travers des mouvements naturels, sous le strict contrôle de la volonté ». Dans sa conception interviennent des techniques provenant de diverses pratiques, telles que le yoga, le fitness, la danse, la gymnastique, la physiothérapie, etc. C'est pour cela qu'il s'agit d'une pratique complète et intégrale qui soumet tous les mouvements du corps au contrôle de l'esprit.

La pratique de la méthode Pilates suit **six principes de base**:

La centralisation: le facteur de base est le renforcement du centre de pouvoir ou centre d'énergie. **Concentration**: capacité à demeurer attentifs à chaque mouvement que nous faisons. Il est fondamental de se concentrer sur les muscles que nous utilisons lors de chaque exercice. **Contrôle mental**: L'esprit est un élément indivisible du corps.

Précision: des mouvements lents, conscients et coordonnés. - Fluidité des mouvements: toute l'énergie doit fluer, l'esprit et le corps doivent fonctionner en parfaite harmonie, sans interruptions ni brutalité **Fluidité** des mouvements: toute l'énergie doit fluer, l'esprit et le corps doivent fonctionner en parfaite harmonie, sans interruptions ni brutalité. **Respiration**: Tous les mouvements doivent être coordonnés avec la respiration ;

Les résultats d'une pratique efficace sont très significatifs : une plus grande capacité pulmonaire et une meilleure circulation sanguine sont les premiers buts recherchés, lesquels se transforment ensuite en force, souplesse, coordination mentale et une posture correcte.



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Running

Nombre total d'adhérents = 120 membres

Responsables de Section:
Benoît Blondel et Jean-François Magne

ORGANISATION :

- Sorties régulières sur les différents sites du groupe, format libre ou encadré.
- Séances de préparation physique générale
- Tests de VMA

Points forts de la saison :

- ✓ Séances de PPG toutes les semaines animées par un coach diplômé d'Etat.
- ✓ Suivi des exploits du running sur le blog de la section <http://runningsfr.blogspot.fr/> :
 - ✓ Plus de 50 participants au marathon de Paris 2016 (partenariat Schneider).
 - ✓ Un champion d'Europe Master de sprint (médaille de bronze)
 - ✓ Qualification aux championnats d'Europe de course d'obstacle.
- ✓ Plus de 400 participations à des compétitions officielles
- ✓ Section en croissance régulière.

Divers :

Demande de travaux dans les vestiaires (en cours...).



28/06/2016



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Squash Bordeaux

Responsable de Section :
François DUTOYA

Nombre de membres : 13

Historique :

Voilà maintenant 6 ans que la section squash loisir de bordeaux existe, le nombre de membres c'est stabilisé cette année en raison des modifications d'horaires sur le site. La saison 2016-2017 devrait renouer avec la croissance des adhérent à la section.

Les raisons d'un tel succès s'expliquent :

- Par la proximité avec les terrains de squash (1Km du bureau)
- Une pratique de la discipline accessible à tous.
- 8 créneaux pré-réservés chaque semaine (Lundi, Mardi, Jeudi et vendredi)
- Un support de réservation et d'échange en ligne accessible via smartphone.

Points fort de la saison :

Le turn-over des membres a donné une nouvelle dynamique à la section. Beaucoup plus de confrontations mixtes et inter-niveau, cela permet à tous de s'éclater et de progresser techniquement.

Communication :

Un site web de réservation et d'échange a été ouvert permettant à chacun des membres de connaître à l'avance les disponibilités des terrains mais aussi des joueurs. Cet outil est massivement utilisé par nos membres qui peuvent à tous moment le consulter et réserver des cours.



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Tai Chi Chuan Saint-Denis

- La section compte 17 adhérents grâce notamment à l'ouverture de la 2^e Tranche du Campus et au retour d'anciens de Nanterre et Meudon.
- L'objectif est de mieux prospecter sur les nouveaux arrivants, au démarrage de la prochaine saison. Beaucoup de personnes ayant pris contact pour des renseignements n'ont pas concrétisé par crainte d'arriver en milieu de saison, une opération « comm » est à prévoir dès maintenant et à reprendre en septembre.
- Une équilibre sur le nombre de participants entre les deux créneaux a été trouvé, afin de pratiquer au mieux.
- Le fait de ne plus partager la même salle entre Tai chi et Hata Yoga permet d'avoir plus de place pour la pratique des formes avancées du Tai Chi avec des déplacements plus importants, et permet de faire des groupes de même niveau.

Responsable (s) de Section:
Claire Lambert – Saint Denis



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Tennis Loisir Saint-Denis

Nombre de membres : 24

En 2016, regroupement des adhérents de rive défense et de Meudon sur le site de Saint-Denis.

Points faibles

- La réservation des créneaux réalisée sur Doodle pas très efficace
- Pas assez de créneaux (1 adhérent joue 1 semaine sur 2)
- Site un peu éloigné du Campus (15 minutes MIN en voiture, routes souvent embouteillées)

Points forts de la saison :

- Terrain de tennis du Club Municipal d'Aubervilliers Tennis en bon état
✓ 2 terrains couverts et 3 terrains extérieurs complètement restaurés en 2016
- Le club propose gratuitement à ses adhérents une Licence FFT
- 2 Professeurs de Tennis sympas et compétents (Prestataire TENISSIMUM)

A l'avenir

- Proposer 4 séances au lieu de 3 pour éviter un nombre de plus de 4 joueurs par terrain et absorber l'augmentation du nombre d'adhérents prévus à ~ 30 pour 2017
- On envisage l'utilisation d'un nouveau support de réservation pour 2017 <https://www.sporteasy.net/>
- Fusion de la gestion des adhérents « historiques » et nouveaux

Responsables de Section :

Alexis BOILEAU et Alexandre AULAGNIER



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Tennis de Table Saint-Denis

- **Une section ouverte à tous** loisir et compétition:
35 joueurs inscrits et 31 à jour de leur cotisation
13 compétiteurs dont 1 externe
Loisir et compétition cohabitent aux 2 créneaux (jeudi midi et mardi soir)
- **Une équipe engagée en championnat et une au critérium**
Les 2 équipes terminent 1^{er} de leur poule.
Plusieurs séances de rencontres internes se sont déroulées sous forme de tournois.
Toujours la bonne ambiance et bonne humeur.
- **Tournoi de clôture (28/05 Thiais)** 5 représentants et 6 podiums
- **Individuels** 1 F et 1 M engagés
IDF homme : 69^{ème} place
championnat de France dame : sélection en simple et ¼ de finale en double
- **Du matériel**
Une 4eme table venant de Nanterre a intégré la salle de rangement et grandement servi les jeudis midis.
Le robot est toujours en zone de transit, pas disponible encore sur SD.
- **Horaires**
Nous utilisons la totalité des créneaux : 11h30-14h00 jeudi et mardi 17h30-20h
L'idéal serait deux créneaux au lieu d'un seul du jeudi,
Pourquoi ne pas ouvrir un créneau le matin 8h00-8h45?





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Touch Rugby Saint-Denis

RED SQUARE
TOUCH
Rugby 

Resp. : Christophe CARLIER

- Effectif : **15 membres (dont 2 femmes)**
 - Une équipe diversifiée d'anciens rugbymen et débutants
 - Un groupe 'esprit rugby' (sortie match au Rugby Seven de Paris)



- Jeu mixte
- Entraînement hebdomadaire **tous les jeudi midi**
 - Regroupement de tous sur St Denis
 - Règle du rugby à 5 de FFR



- **Sorties officielles** de cette année
 - Participation à 1 tournoi officiel FFR
 - Rencontres avec Clubs d'entreprises de St Denis (SNCF, SoGé)
- **Ambitions 2016**
 - Recrutement
 - Participation à plusieurs tournois officiels



28/06/2016



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Volley-Ball Saint-Denis

- **Une section ouverte à tous** du débutant au plus expérimenté:
39 joueurs inscrits et à jour de leur cotisation
Toujours dans la bonne humeur et le niveau de jeu augmente.
- **Des rencontres inter-entreprise** autour d'un tournoi
GENERALI et la POLICE de ST DENIS nous ont fait l'honneur et le plaisir de se joindre à nous pour des tournois.
Le premier pot a été organisé par SFR, chaque joueur a également participé individuellement. Le rythme adopté est trimestriel.
- **Un second terrain ?**
Pour pouvoir proposer des séances de jeu plaisir et des séances de jeu compétition, il nous faudrait un second terrain.
Peut-être faire 2 terrains de tailles non-officielles 8m x 9m dans la largeur du gymnase ?
Nous ne pouvons pas répartir les joueurs sur des créneaux de 50 minutes car le temps de jeu au volley serait trop réduit.
- **Du matériel**
Les poteaux ont « plié » et ne sont donc plus à la hauteur réglementaire < 2m43 pour le jeu masculin.
Le filet est également troué.
Nous ne pouvons donc pas inscrire d'équipe en compétition FSGT car il faut pouvoir accueillir les adversaires.
Il est dommage que le terrain extérieur ne puisse pas être utilisé pour mettre un filet de volley-ball.
- **Horaires**
Nous utilisons la totalité des créneaux : 11h30-13h10 et 17h30-20h
Les créneaux actuels nous conviennent.





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Yoga Hatha Saint-Denis

Nombre total d'adhérents = 5 membres

ORGANISATION DES COURS :

- Mardi de 12H à 13 H 15 salle E1 035

Faits marquants de la saison :

- ✓ Cours transféré de Meudon à St Denis en cours d'année suite au déménagement
- ✓ Mise à disposition de la salle E10 35
- ✓ Cours assurés par Mike Charbit de Jive Planet, très bonne prestation
- ✓ Le cours pourrait accepter encore 5 adhérents

Divers :

Prévoir l'acquisition de matériels : 1 tapis par adhérent

Demander l'installation d'une 'étagère dans le placard de la salle E1 035 pour ranger proprement le matériel.



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Yoga Iyengar Saint-Denis

Nombre total d'adhérents = 90 membres

ORGANISATION DES COURS :

- Lundi de 12H à 13H en E1 035 salle E1 035
- Mardi de 12H à 13 H et de 13H à 14H GYMNASSE
- Vendredi de 12H à 13H salle E1 035

Points forts de la saison :

- ✓ La mise à disposition de la salle E1 035 a permis de désengorger les 2 cours du mardi, permettant à chacun de pouvoir pratiquer en toute sérénité. Nous avons pu accueillir de nouveaux pratiquants. La fréquentation des cours ainsi que la satisfaction des Yogis et Yoginis est très forte.
- ✓ 1 Cours de Hatha Yoga /Yoga Nidra est proposé gratuitement(aux adhérents) le mercredi par Frédérique dans le cadre de sa formation de professeur à l'école française de Yoga. En moyenne, 14 personnes y participent
- ✓ Section en croissance régulière.

Divers :

Prévoir l'acquisition de matériels : 5 tapis + sangles et 10 briques ainsi qu'une dizaine de couvertures.

Demander l'installation d'une 'étagère dans le placard de la salle E1 035 pour ranger proprement le matériel.





ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



Section

- Texte



ASSOCIATION SPORTIVE NUMERICABLE-SFR



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

Merci de votre attention ! 😊