



## Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE  
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

### RAPPORT D'ACTIVITES Saison 2018-2019

Au cours de la saison 2018-2019 nous avons comptabilisé seulement 51 licenciés, nous attribuons cette baisse au départ de Christian VERNEY qui a monté sa propre structure L'Art de soie et Rodolphe ROUSSEL qui est en formation professionnelle, les élèves qui gravitaient autour d'eux ont dû se rapprocher de l'association de Christian.

Sur le site de la commune de MERU notre activité était mal référencée depuis 3 ans, entre autres, le cours du mardi soir à Voltaire n'y figurait pas, et la composition du bureau n'était plus d'actualité. Patricia a adressé par mail les nouveaux documents devant y figurer à M. Arnaud Plantard, assistant de communication de la Ville de Méru. Les modifications ont été faites dès le lendemain, Monsieur Arnaud Plantard a immédiatement fait le nécessaire avec une présentation mettant notre page taichi en valeur, un grand merci à lui et à la commune de Méru qui nous donnent ainsi une bonne visibilité de notre association.

Pour raison de santé (blessure lors d'un entraînement) démission du poste de secrétaire de Fabienne GRANGE, Daniel COULON président assume également ce poste en attendant une volonté pour le remplacer à la prochaine AG qui aura lieu le 8 décembre 2019.

La politique sportive actuelle est tournée vers le sport-santé, effectivement, nous constatons un intérêt croissant du public, des médias et du corps médical pour la pratique du tai chi chuan, art martial aux multiples bienfaits tant physiques qu'énergétique et émotionnel, il figure sur la liste des APPM (activité physique sur prescription médicale). Il permet à chacun de trouver des outils contribuant à renforcer sa santé, à améliorer sa concentration, à apaiser l'esprit, à développer l'assurance, la spontanéité, à se révéler à soi-même.

Il est d'ailleurs à noter que nombre de nos adhérents sont des seniors de plus de 60 ans et que certains d'entre eux présentent des pathologies pour lesquelles le taïchi chuan est fortement recommandé. La pratique de cette discipline leur permet de surmonter leur handicap, voire de ressentir une réelle amélioration de leur forme physique. Quelques-uns parmi nous approchent des 80 ans, ou les ont dépassés, nos 2 plus jeunes ont 33 ans, et notre doyen est né en 1935, la moyenne d'âge de nos adhérents se situe aux environs de 62 ans.

Pour la même cotisation nous donnons la possibilité à nos adhérents d'assister à tous les cours proposés par notre association s'ils le veulent et surtout s'ils le peuvent. Sur 9h de cours par semaine encadrés par nos enseignants, 4,30 h sont à destination des débutants.

En plus de nos entraînements hebdomadaires nous proposons des stages de perfectionnement animés par Patricia aidée de ses moniteurs et aides moniteurs en vue de la préparation aux épreuves du championnat national ou des examens comme les passages de grades ou pré requis aux formations des futurs cadres de notre association.

Tour d'horizon de nos activités de la saison 2018-2019 :



[www.taichivexin.fr](http://www.taichivexin.fr)

## Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE  
☎ 03.44.79.13.24 - [patriciacoulon@wanadoo.fr](mailto:patriciacoulon@wanadoo.fr)

- Participation à l'interclubs de Méru le 8/09/18. Nous avons proposé comme les années passées une épreuve de raquettes chinoises rouli-ball, les participants devaient exécuter des figures sans faire tomber la balle pendant 2 minutes sous l'œil avisé de nos juges, Christiane, Eric, Monique et Patricia. Nous n'avons pas engagé d'équipe cette année.
- Les 22 et 23/09/18 Patricia a participé au séminaire des cadres fédéraux de la FAEMC organisé au CREPS de Châtenay Malabry,
- Le 11/11/2018: Stage de perfectionnement au gymnase Charles de Gaulle de MERU le matin et l'après midi tenue de l'Assemblée Générale 2017/2018.
- Le week-end 17/18 nov 2018 : Patricia est juge pour les examens nationaux de la FAEMC
- Le 16/12/2018 stage de perfectionnement au gymnase des Sablons
- Le 13/01/2019 : Patricia est juge pour les examens nationaux de la FAEMC
- Le 20/01/2019 : Stage de perfectionnement au gymnase Charles de Gaulle de MERU
- Le 17/02/2019 : Stage avec master TUNG KAI YIN à Paris
- Le 3/03/2019 : Stage de perfectionnement à la salle Voltaire B.
- Le dimanche 10 mars 2019 – Patricia est juge de compétition au championnat national de taichi chuan gymnase Dauvin à la Pte de Clignancourt. C'est la première année que notre association ne présente personne. Nous ferons mieux les prochaines fois.
- Du 24 au 30 mars 2019 – Patricia participe au stage résidentiel de notre maître TUNG KAI YING à la presqu'île de GIENS



- Le samedi 13 avril : Stage de perfectionnement à GOUVIEUX.
- Le 5/05/19 : Stage à Chaumont en Vexin gymnase St Exupéry.
- Le 19/05/19 : Préparation des passages de grades régionaux au gymnase des Sablons de Meru.
- Le Week-end 8 et 9/06/2019 – Patricia est responsable de table au jury d'examens nationaux de taichi chuan
- Le 16/06/2019 : Stage de perfectionnement à la salle Voltaire B de Méru.
- Vendredi 29/06/2019 Désiré DEFOREL avec l'aide de ses élèves ont fait 1 démonstration et animé un cours de taichi chuan à Gouvieux, merci à tous de promouvoir notre art.
- Le 30/06/2019 : Patricia organise les passages de grades régionaux des Hauts de France auxquels participeront Françoise DESMET et Georges EMERIAUX pour leurs 2<sup>ème</sup> duan.
- Félicitation à Françoise qui a réussi son passage du premier coup, reste une UV à valider pour Georges à la prochaine session, soit le 1<sup>er</sup> mars 2020.





## Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE  
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

Ces excellents résultats sont la juste récompense d'un travail et d'un investissement personnel importants tout au long de l'année. Nous sommes tous concernés par ces résultats. Chacun d'entre nous donne, et reçoit. Merci à vous d'adhérer à cet échange, ce tuishou de la vie.

Nous sommes conscients que toutes ces réalisations et succès ont été possibles grâce à l'aide de la ville de Méru par la mise à disposition de ses moyens logistiques : prêt des salles nécessaires à l'organisation des cours et des stages, et par son soutien financier. La municipalité contribue grandement à la progression de notre association et nous permet de faire connaître notre art martial, de préparer sereinement les compétitions et de former nos gradés.

Daniel COULON  
Président de la l'association