

# LA LETTRE DU CDOS

LES NOUVELLES  
DU MOUVEMENT SPORTIF AINDINOIS



CDOS  
AIN

JANVIER 2024



## SOIRÉE-DÉBAT

Comment bien se préparer  
à une activité sportive

| 10

## LES "POULETTES" SE BOUGENT

Plus de 125 participants  
à la visite du Monastère  
Royal de Brou

| 04

## NATUR'AIN SPORTS

Plus de 1 500 personnes à  
la Plaine Tonique de  
Malafretaz

| 06

## SOIRÉE DES CHAMPIONS

Les sportifs aindinois  
récompensés à  
Divonne-les-Bains

| 08



# LES VŒUX DU PRÉSIDENT

**PARIS 2024 : Une année majeure pour le Sport**

*Nous sommes arrivés dans notre année Olympique et Paralympique après de longues semaines de mobilisation au soutien de cet événement majeur pour la planète sport...*

*Aux côtés de la Préfecture, du Département, des collectivités et des Comités Départementaux Sportifs, le CDOS s'anime pour que le SPORT s'inscrive pleinement comme grande cause nationale.*

*Plus que jamais pratiquer une activité sportive doit conduire à relever les défis de la sédentarité et du bien-être, de l'émancipation et de l'inclusion, de la cohésion sociale et de l'éducation.*

*Au-delà des Jeux Olympiques et Paralympiques de PARIS 2024, le sport doit être au cœur de nos vies.*

*Bonne heureuse année 2024, vive le Sport et les Jeux !*



*Le Président Franck RIGON  
les administrateurs et les salariés du CDOS 01*



**CDOS**

**AIN**

**20  
TERRE  
DE JEUX  
24**

*vous présentent  
leurs meilleurs vœux*

# SOMMAIRE

04 Les "Poulettes" se Bougent



04

06 Natur'Ain Sports



06

08 29<sup>ème</sup> Soirée des Champions



08

10 Soirée-Débat Médicale



10

11 Prochaines formations

12 Les brèves

15 Ils nous ont quittés



11



12

20  
TERRE  
DE JEUX  
24

# LES "POULETTES" SE BOUGENT, 11<sup>ÈME</sup> ÉDITION

NOS ÉVÉNEMENTS

BOURG-EN-BRESSE

03 SEPTEMBRE 2023



**Plus de 125 participants au départ de Brou !**

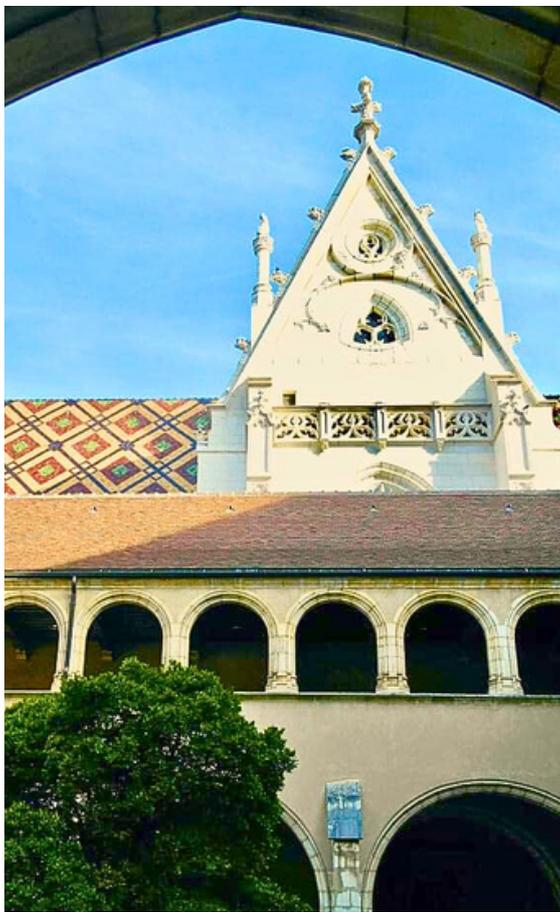
La 11<sup>ème</sup> édition des "Poulettes se bougent" a une nouvelle fois connu un réel succès.

Organisée par la Commission Féminine du Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Ain, elle a rassemblé plus de 125 marcheuses et marcheurs, à Bourg en Bresse, le dimanche 3 septembre.

Une matinée mélangeant sport et culture avec au programme, une visite du Monastère Royal de Brou suivie d'une marche de 5 km.

Trois groupes ont été constitués pour cette visite sur les pas de Marguerite d'Autriche, sa fondatrice.





Son histoire romanesque est marquée par les tragédies, la politique, l'amour et l'art.

La marche de 5,4 km a été emmenée par Claudie Paquet (membre du CA) assistée de Winne Nienhuijs (Vice-Président du CDOS).

Le départ a été donné depuis le Monastère pour se poursuivre ensuite dans le centre ville. Celui-ci possède un riche patrimoine : maisons médiévales à colombages datant des XVème et XVIème siècles pour les plus anciennes, hôtels particuliers des XVIIème et XVIIIème siècles, édifices de la Belle Époque mais aussi constructions contemporaines.

Les participants ont écouté avec attention les explications lors de cette balade commentée ; l'occasion de découvrir ou de redécouvrir l'histoire de ces monuments emblématiques de notre ville : le Temple Protestant, la Maison Gorrevod, l'Hôtel de Loras/Cabuchet, la Maison Tourelle, la Promenade du Bastion, l'Hôtel de Bohan, l'Eglise Notre Dame, la Maison Hugon, l'Hôtel Marron de Meillonas et la Porte des Jacobins.

Au retour un verre de l'amitié était offert par le CDOS.

La Commission Féminine vous donne d'ores et déjà rendez-vous le dimanche 1er septembre 2024 pour sa 12ème édition !



# 12<sup>ÈME</sup> JOURNÉE NATUR'AIN SPORTS

NOS ÉVÉNEMENTS

MALAFRETAZ

10 SEPTEMBRE 2023



Du soleil et des sourires à La Plaine Tonique !

Ce dimanche 10 septembre, la Commission Sports de Nature & Développement Durable du CDOS 01 avait choisi un des sites de Grand Bourg Agglomération, La Plaine Tonique à Malafretaz, pour sa douzième édition de Natur'Ain Sports.

Avec une météo ensoleillée, les visiteurs sont venus en nombre et en famille pour découvrir et s'initier à plus de 20 disciplines sportives principalement de nature.

Parmi les 23 activités proposées, certaines étaient dites "terrestres" comme : aikido, athlétisme, balade en joëlette, handbike et tricycle (Handisport), baseball, course d'orientation, cyclotourisme, danse, équitation, golf, judo, parcours de motricité (Sport Adapté), pétanque, sauvetage et secourisme, slackline, test à l'effort (PEPS), tir à l'arc, tir à la sarbacane (UFOLEP), d'autres "nautiques" comme : aviron, canoë-kayak, paddle, pêche, sports sous-marins et enfin "aérienne" avec le vol en planeur.

Elles étaient encadrées par près de 120 bénévoles des comités départementaux sportifs et leurs clubs.





Maryvonne Icarre (Inspectrice de la Jeunesse et des Sports, Cheffe du Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports), Xavier Breton (Député de l'Ain), Hélène Cédileau (Vice-Présidente Département de l'Ain), Clotilde Fournier (Vice-Présidente et Conseillère Départementale du Canton d'Attignat), Jean-Pierre Roche (Vice-Président de Grand Bourg Agglomération) accompagnés de Franck Rigon (Président du CDOS 01), Thibaud Delaplagne (Directeur de la base de loisirs de La Plaine Tonique) ont donné le départ de cette magnifique journée.

Le CDOS 01 remercie ses bénévoles et ses partenaires : Agence nationale du Sport, Département de l'Ain et MAIF, sans qui cet événement annuel ne pourrait se tenir !

MERCI à toutes et tous pour cette magnifique 12ème édition et à l'année prochaine !



# 29<sup>ÈME</sup> SOIRÉE DES CHAMPIONS

NOS ÉVÉNEMENTS

DIVONNE-LES-BAINS

13 OCTOBRE 2023

Le CDOS 01 n'a pas hésité à se rendre à l'autre bout du département pour organiser sa 29ème édition, le vendredi 13 octobre dernier. Il faut dire que l'enthousiasme et l'accueil de la municipalité de Divonne ont été des atouts majeurs.

Pour l'occasion, le gymnase Prés Tiers s'est transformé en une salle de réception qui a permis d'accueillir les 106 sportifs et équipes titrés et d'honorer 7 dirigeants méritants. La soirée a débuté par l'accueil de près de 250 convives qui ont pris place à table. En préambule, Franck Rigon, Président du CDOS 01, a présenté la marraine de l'édition, Clémentine Geoffray, Championne du Monde de trail courte distance qui, par sa simplicité et son dynamisme, a illuminé la soirée.

Les discours des personnalités, Vincent Scattolin, Maire, Hélène Cédileau, Vice-présidente du Conseil Départemental chargée des sports, Aude Etcheberry, Conseillère Régionale Auvergne - Rhône-Alpes et Maryvonne Icarre, Cheffe du Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports ont marqué le début de la cérémonie.





C'est ensuite notre présentateur d'un soir, Dany Deren, conseiller municipal de Divonne, qui a pris le micro pour annoncer les titres nationaux scolaires, puis les titres nationaux par équipe et individuel et enfin terminer par l'excellence avec les titres et podiums internationaux.



Pour entrecouper ces remises, le CDOS a pu compter sur les animations de danse assurées par le Diam's Club Bourg-Péronnas et de kung-fu par une association divonnaise mais aussi sur la remise de trophées à 6 dirigeants et une "super" dirigeante, Véronique Dupras, Présidente du Canoë-Kayak Club Vallée de l'Ain. Les trophées de la Ville de Divonne à Grégoire Berthon, paratriathlète local, et des mécènes du CDOS ont entrecoupé la soirée. Le repas a lui aussi contribué à la réussite de cette belle soirée en sustentant les papilles des convives.

Force est de constater, pour notre plus grand plaisir et à l'aube des JOP, que le sport est bien représenté dans l'Ain que ce soit en judo, canoë, sport boules, cyclisme, sport de combat, sport adapté... et bien sûr en athlétisme Clémentine en étant une brillante illustration.

Nous noterons la présence de Geoffrey Soupe, cycliste professionnel aindinois, vainqueur de la 7ème étape de La Vuelta.

La soirée s'est achevée par le traditionnel passage de témoin entre la ville hôte de Divonne-les-Bains, représentée par son Maire, Vincent Scattolin et la future municipalité organisatrice, Bourg-en-Bresse, représentée par Sébastien Gueraud, adjoint au maire qui aura la lourde tâche de recevoir la 30ème édition à la suite de la tenue des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024.



# SOIRÉE-DÉBAT MÉDICALE

NOS ÉVÉNEMENTS

BOURG-EN-BRESSE

21 SEPTEMBRE 2023

La Commission Médicale et Handicaps du Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Ain (CDOS 01) et le Pôle d'Evaluation Physique et Sportive ont organisé leur Soirée-Débat le jeudi 21 septembre à 20h à la Maison de la Culture et de la Citoyenneté à Bourg-en-Bresse.

Le thème de cette soirée : Comment bien se préparer à une activité sportive ? Avant, pendant et après.



Les membres de la commission (médecins, ostéopathe, nutritionniste, podologues) sont intervenus chacun à leur tour.

Il s'en est suivi un temps d'échanges avec le public où les différents intervenants ont répondu aux questions : intérêt d'un bilan médical et ostéo avant la reprise, place de la nutrition dans la performance ou type de chaussures à porter pour pratiquer.



Des sportifs : Stéphane Duclos-Colas, médaillé de bronze au championnat d'Europe de judo, Bruno Coquemont, finisher du mythique Paris - Brest - Paris à vélo (1 219 km), Abdellah Riahi, champion de France d'athlétisme (3 000 m steeple), Benjamin Chamonal, finisher du grand raid de la Diagonale des Fous (165 km avec un dénivelé positif d'environ 10 000 mètres) ont également fait part de leur expérience sur ce sujet : gestion de l'effort, du poids & préparation mentale...

Ces échanges se sont poursuivis autour d'un verre de l'amitié.

# NOS PROCHAINES FORMATIONS

JANVIER 2024 → JUIN 2024

11/01/24	Comptabilité Associative avec le logiciel CASICO	Visioformation
17/01/24	Initiation Création d'un PowerPoint	Bourg-en-Bresse
20/01/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
26/01/24	Prévention et Gestion des Conflits	Bourg-en-Bresse
06/02/24	Initiation Création d'un Site Web	Bourg-en-Bresse
15/02/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
04/03/24	Prévention et Gestion des Conflits	Oyonnax
15/03/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Bourg-en-Bresse
22/03/24	Création d'un Diaporama - CANVA	Bourg-en-Bresse
28/03/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
03/04/24	Entretien et Nettoyage d'un PC	Bourg-en-Bresse
08/04/24	Préparation Mentale du Sportif	Bourg-en-Bresse
18/04/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
04/05/24	Prévention et Gestion des Conflits	Bourg-en-Bresse
17/05/24	Vie Associative	Bourg-en-Bresse
24/05/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
28/05/24	Découverte des Réseaux Sociaux	Bourg-en-Bresse
31/05/24	Trésorerie Associative	Bourg-en-Bresse
07/06/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation
11/06/24	Création de Plaquette - CANVA	Bourg-en-Bresse
14/06/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Bourg-en-Bresse
20/06/24	Comptabilité Associative avec le Logiciel CASICO	Visioformation



## *Du changement dans l'équipe de salariés.*

Florence Bereziat a quitté ses fonctions fin octobre après avoir passé 16 mois au poste d'Agent de Ressources et Développement.

L'ensemble du Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Ain lui souhaite une bonne continuation et pleine réussite dans sa nouvelle aventure...

## *Loïc, en formation avec le CDOS 01, diplômé d'un bachelor événementiel sportif.*

Patrick Perrard, Secrétaire Général du CDOS 01, était présent à la remise de diplôme de Loïc, alternant en événementiel et développement, dont il était le tuteur.

Loïc a validé un Bachelor (licence) événementiel sportif à l'école Win Sport School Lyon qui a organisé une très belle soirée de récompenses au Hard Rock Café.

Pour rappel, il reste dans l'équipe de salariés jusqu'en août 2025 minimum pour préparer un MBA (master) événementiel sportif.

Il sera notamment en charge de la seconde édition d'Indoor'Ain Sports le 28 avril 2024 à Oyonnax ainsi que de nombreuses autres missions en cette période olympique...





## **La Buvette Podcast x CDOS 01 c'est parti !**

**Nous sommes très heureux de vous dévoiler la collaboration entre La Buvette Podcast et le CDOS 01 !**

**Retrouvez le 1er épisode, en audio ou vidéo, avec l'interview de Franck Rigon, Président du CDOS 01, où il nous raconte son histoire passionnante mais également le fonctionnement et l'implication de son association dans ce contexte olympique !**



**Un grand merci à la Société d'Equitation Bressane (S.E.B.) pour leur accueil dans le Centre Équestre Jacques Robert labellisé Centre de Préparation aux jeux Olympiques !**

**D'autres épisodes sont en cours de production avec notamment un sur la préparation des sportifs avec l'intervention de la Commission Médicale du CDOS 01.**

## ***Hongyan Pi, championne de badminton, de passage à Bourg-en-Bresse !***

**Le CDOS 01 était présent le vendredi 17 novembre 2023 au Lycée Marcelle Pardé pour suivre l'intervention exceptionnelle de Hongyan Pi, ancienne n°3 mondiale, 3 participations aux JO et 3ème aux Championnats du Monde.**



**L'après-midi a été consacrée à la pratique de la discipline avec les précieux conseils de la championne.**

**Un grand merci à Guillaume Renoud et son équipe de "24 pour tous, tous pour 1" pour l'organisation et l'invitation.**



## *L'olympisme à l'honneur à Oyonnax !*

Très belle journée le jeudi 16 novembre avec dans un premier temps la découverte de l'exposition "Nos Olympiens et Paralympiens" au Centre Culturel Aragon. De multiples souvenirs étaient exposés, équipements, photos, accessoires, malette de bienvenue ou encore une torche olympique des JO de Londres.

Dans un second temps, l'inauguration de la rénovation du Centre Omnisports Léon Emin, avec la présentation du Mur des Olympiens en présence des athlètes et de nombreux élus.

Ce très beau complexe accueillera la deuxième édition d'Indoor'Ain Sports le dimanche 28 avril 2024 !



## *Le CDOS 01 sur RCF Pays de l'Ain !*

Franck Rigon, Président du CDOS 01, a répondu aux questions d'Isabelle Berger le 8 septembre, en lien avec les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024.

Plusieurs émissions sur l'actualité sportive et olympique sont à venir...



# SAVE THE DATE

Journée Internationale des Droits des Femmes

Samedi 9 Mars  
2024

MUSÉE  
TTT OLYMPIQUE

# ILS NOUS ONT QUITTÉS



*Marie-Claude Desfarges*

Enseignante à la retraite, au cœur de nombreux projets sportifs, féminins, artistiques, elle nous a quittés le 8 novembre 2023 à 85 ans. Après avoir pratiqué le basket au GS Carriat jusqu'au niveau Nationale 1, elle en devient dirigeante. C'est en 2008 qu'elle intègre la Commission Féminine du CDOS de l'Ain. Elle s'investit pleinement et poursuit son combat pour l'égalité et les droits des femmes en participant activement à nos projets. Marie-Claude est l'auteur du poème "ELLES" qu'elle lisait lors de saynètes jouées par les membres du CDOS.

Elle a préparé de nombreux circuits pédestres pour "Les Poulettes se Bougent", marches à la découverte du patrimoine de Bourg pour lesquelles elle décrivait les références historiques, relatait les anecdotes qui pimentaient les parcours. Le CDOS 01 et sa Commission Féminine remercient cette grande dame pour tout ce qu'elle nous a appris, transmis, donné.

*Eric Thomas*

Maire de Certines et Vice-Président en charge des sports de Grand Bourg Agglomération, il nous a quittés le 13 octobre dernier à l'âge de 60 ans. Très investi dans sa commune et sur l'Agglo il a aussi été un fervent soutien du mouvement sportif en favorisant notamment la construction de nombreuses infrastructures. Convaincu que le sport est un moyen de transmettre des valeurs, de partager des émotions, de préserver sa santé, de créer du lien social... Il a bien sûr labellisé sa commune "Terre de Jeux 2024" afin de mobiliser les énergies pour valoriser ce retour des Jeux Olympiques et Paralympiques en France. Eric restera un élu de terrain, disponible, bienveillant, à l'écoute et apprécié de tous.



Le Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Ain adresse ses sincères condoléances à leurs familles.

# NOUS CONTACTER



CDOS

AIN

 14 rue de la Grenouillère - 01000 BOURG-EN-BRESSE

 04 74 45 11 27

Suivez-nous sur les réseaux sociaux

 [contact@cdos01.com](mailto:contact@cdos01.com)



## LES PARTENAIRES PUBLICS



## LES MÉGÈNES DU CDOS 01



## AUTRES SOUTIENS

Lafuma Mobilier, Le Français, Le Caveau Bugiste,  
Presti France, So Club, François Belay, Parc des Oiseaux