



RAPPORT D'ACTIVITÉ

SAISON 2021-2022



Office des Sports de la Bretagne Romantique
Complexe Sportif – 35 Avenue des Acacias -35270 Combourg
Contacts : 02 23 16 68 53 – osbrsports@gmail.com – <https://www.osbr.fr>

Introduction

L'engagement de tous est juste une nécessité si on veut continuer que la pratique sportive ait une belle place sur notre territoire.

On relègue parfois le sport à une pratique secondaire et annexe, il y a évidemment des sujets qui attirent plus notre attention avant de dire l'importance du sport : le chômage, les enjeux écologiques, la crise sociale, le prix du pétrole ou le manque de médecins ...

Il semble toutefois utile de se dire que ces activités « secondaires » ont leur place pleine et entière, tellement elles véhiculent de valeurs qui seront utiles dans d'autres domaines de la vie : l'estime de soi, être en équipe, se dépasser, aller jusqu'au bout, travailler sa volonté, savoir se mettre au service des autres pour réussir ...

Aujourd'hui le sport se pratique aussi avec un certificat médical, il est reconnu et recommandé, il permet à des personnes isolées de retrouver du lien social.

Ceux qui permettent le développement de la pratique sportive font avancer les choses sans s'en rendre compte ou en tous les cas, sans se dire que leur engagement va s'inscrire dans le temps :

- les élus par la mise à disposition des équipements, le soutien financier pour fonctionner et des politiques sportives audacieuses
- les bénévoles par leur engagement volontaire (et nous en manquons) mais il en reste encore
- les pratiquants qui croient aux vertus du sport et qui participent à nos activités
- les éducateurs qui choisissent ce métier et s'engagent dans le milieu associatif

Sans vous tous, sans nous tous, notre territoire manquerait de quelque chose c'est sûr.

Je souhaite donc que nous continuions tous ensemble à se soutenir, à réfléchir pour faire avancer les projets sportifs, les rendre accessibles à tous et qu'ils valorisent nos communes, nos structures, nos clubs, nos associations et nos compétences à tous.

La pratique sportive va devenir incontournable ...

**Virginie Blanchouin,
présidente de l'OSBR**



Qui sommes nous ?

L'Office des Sports de la Bretagne Romantique (OSBR) est une association sportive à but non lucratif (loi 1901), créée en 2008 suite à une fusion des deux Offices des Sports Cantonaux de Tinténiac et Combourg, eux même créés respectivement en 1991 et 1996.

L'OSBR a pour objet de promouvoir et de développer toutes les initiatives d'ordre sportif sur le territoire de la Bretagne Romantique.

L'association est constituée de bénévoles du monde sportif, d'élus des communes du territoire de la Bretagne Romantique, du Département Ille et Vilaine et de la communauté de communes (CCBR)

Elle emploie 3 éducateurs sportifs à temps plein, qui travaillent en étroite collaboration avec les éducateurs du département. Elle utilise les équipements sportifs mis à disposition par la communauté de communes et les municipalités.

Les ressources de l'association sont diverses :

- 65% des recettes budgétaires proviennent de la sphère publique : Département via le contrat de territoire, la Communauté de Communes de la Bretagne Romantique, les communes adhérentes, d'autres subventions (ARS, FNOMS, ...)
- 35 % sont d'origine privée (les associations sportives adhérentes, les manifestations, les stages et les adhésions familiales).

Les différentes activités de l'office durant la saison 2021-2022 sont présentées dans la suite de ce document.

Le site Web de l'office <https://www.osbr.fr> est également disponible pour suivre toute l'actualité de l'office.

N'hésitez pas à prendre contact avec l'office via l'adresse mail osbrsports@gmail.com pour tous sujets contribuant au développement du sport sur le territoire de la Bretagne Romantique.

Les écoles multi-sports

L'office propose aux enfants de 6 à 9 ans des séances d'une heure de sports hebdomadaires. Le but de cette école est de permettre la découverte de différentes disciplines sportives, en développant la motricité générale, dans un cadre ludique et sans esprit de compétition. L'objectif étant d'orienter les enfants vers une association sportive de notre territoire. En fin de saison, les enfants sont mis en contact avec les clubs sportifs du territoire via une formule « Pass-Club » gratuite permettant de participer à quelques entraînements dans la discipline de leur choix.

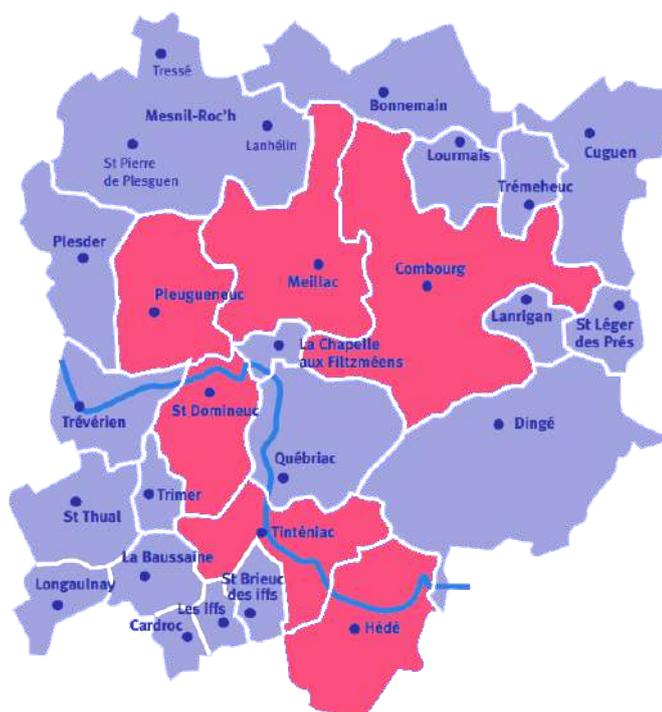


Sur la saison 2021-2022, plus de **100 enfants** ont participé à ces écoles multi-sports.

Les éducateurs sportifs de l'Office proposent des cycles de 3 séances par sport, soit en moyenne une dizaine d'activités différentes comme : les sports de ballon: basket, rugby, hand, foot, volley; les sports de raquette: tennis et badminton, l'athlétisme et les jeux d'opposition au sol.

Ces activités se déroulent sur plusieurs communes équipées d'une salle de sports :

- Combourg
- Hédé
- Meillac
- Pleugueneuc,
- Saint Domineuc
- Tinténiac



Scolaire

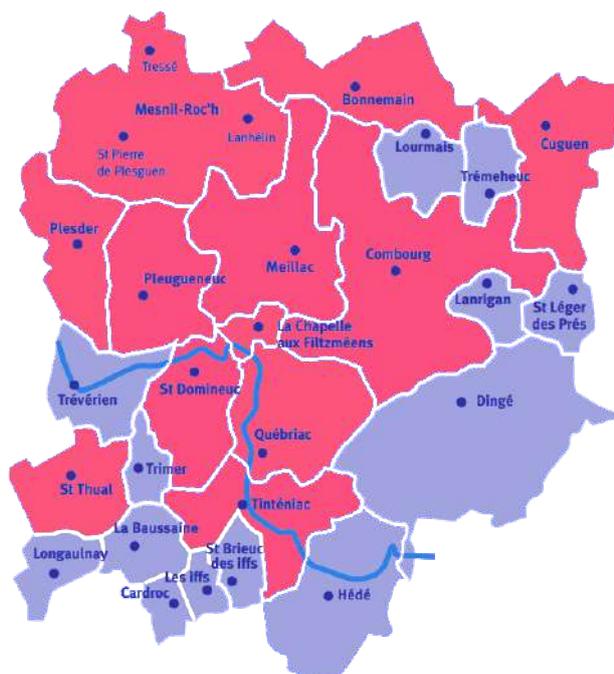
L'Office des Sports de la Bretagne Romantique propose des cycles de sports aux écoles du territoire. Les éducateurs professionnels de l'OSBR peuvent ainsi aider les enseignants en proposant d'accompagner les enfants durant des séances préparées et encadrées, avec du matériel varié et adapté. Les cycles de 6 semaines sont proposés dans un large catalogue d'activités.

Sur la saison 2021-2022, **30 classes** ont bénéficié de cette aide, soit plus de **800 enfants**



Ces activités se sont déroulées au sein de plusieurs écoles de la Bretagne Romantique :

- Bonnemain
- Combourg
- Cuguen
- La Chapelle aux Filtzméens
- Meillac
- Mesnil-Roc'h (Tressé)
- Plesder
- Pleugueneuc
- Québriac
- Saint Domineuc
- Saint Thual
- Tinténiac



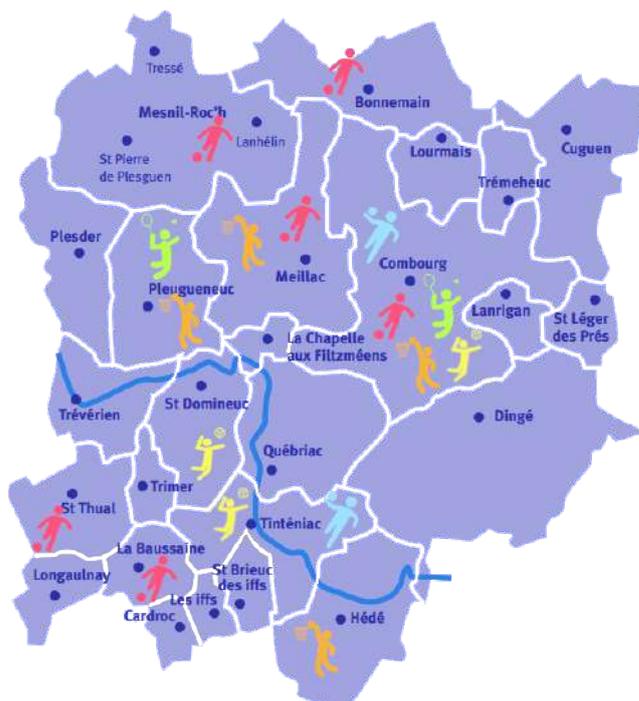
Clubs

L'OSBR a pour objet de promouvoir et de développer toutes les initiatives d'ordre sportif sur le territoire. L'une de ses principales missions est son soutien aux clubs sportifs du territoire de la Bretagne romantique. Cette saison 2021-2022, l'office a fait bénéficier **11 clubs du territoire** de l'aide de nos éducateurs professionnels pour des séances d'entraînement au tarif de 12€ par séance, toujours dans une approche qui valorise le bénévolat et la formation des bénévoles.

Ce soutien représente **21h par semaine** et touche **200 jeunes** du territoire

Les clubs concernés sont pour cette saison :

- Basket-Ball :
 - Combourg
 - Pleugueneuc / Meillac
 - Hédé
- Football :
 - Combourg
 - La Baussaine/Saint Thual
 - Meillac/Bonnemain/Mesnil Roc'h
- Handball :
 - Tinténiaic/Combourg
- Volley :
 - Combourg
 - Saint Domineuc/Tinténiaic
- Badminton
 - Combourg
 - Pleugueneuc



L'office propose d'autres axes de soutien aux clubs, en particulier une aide financière pour les formations fédérales des bénévoles, des formations pour les jeunes bénévoles (3 jours plus avec un suivi régulier sur le terrain). Sur la saison 2021-2022, 20 jeunes ont ainsi été formés.



Stages sportifs

A chaque période de vacances que ce soient celles durant l'année scolaire (Toussaint, Noël, Hiver, Printemps) ou les vacances d'été, l'Office des Sports de la Bretagne Romantique propose des stages sportifs pour permettre aux jeunes de se perfectionner, de s'amuser, de découvrir des nouvelles activités sportives.

L'OSBR propose ainsi des activités ludiques et sportives, comme de jouer à Koh Lanta ou au Trivial Poursuit Sportif, de découvrir au Kin-Ball, au Tchoukball, à l'Ultimate, au Flag-Rugby, ..., de s'essayer à l'acrobranche, la patinoire, de défier ses amis à l'espace CapMultisports de la Mézière.

Au mois de juillet, l'Office des Sports de la Bretagne Romantique propose également plusieurs formules de stages sportifs. En fonction de l'âge, il est possible de faire pleins d'activités sportives : kayak, accrobranche, voile, hockey, ultimate,

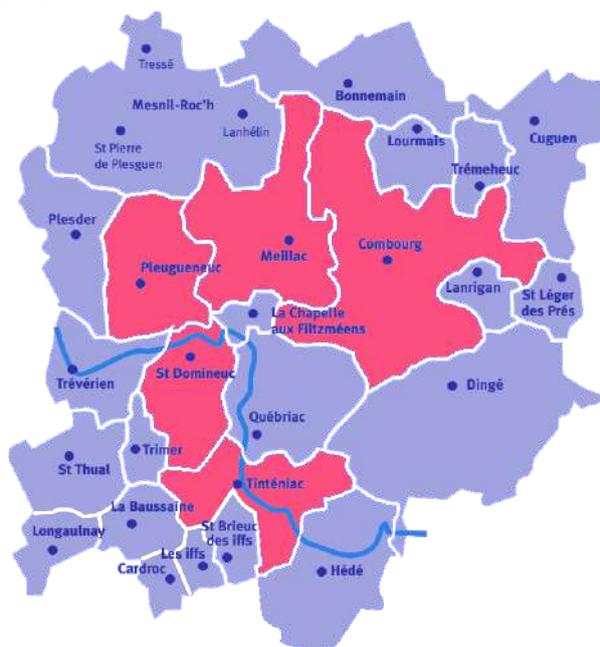


Les plus grands (14-17 ans) peuvent aussi partir **en mini-camps de plusieurs jours**. Cette année, l'office a proposé **un camp itinérant à vélo de 4 jours sur la Bretagne Romantique**, avec au programme de l'acrobranche, du paddle, du paintball, du VTT, de la marche nordique,

Sur la saison 2021-2022, l'OSBR a proposé ainsi **33 journées de stage** pendant les petites vacances et **12 jours en été**. Ces stages ont permis à environ **300 enfants de 6 à 9 ans et 120 jeunes de 10 à 17 ans**.

Les stages se sont déroulés dans les communes suivantes

- Combourg
- Meillac
- Pleugueneuc
- Saint Domineuc
- Tinténiac



Sport santé bien-être

L'Office des Sports de la Bretagne Romantique s'implique depuis de nombreuses années dans le domaine du sport santé et bien être. Il propose différentes activités de Sport santé bien-être, qui permettent à un public plus éloigné de la pratique sportive de reprendre goût à l'activité physique.

« **BOUGE TON MARDI** » est une séance hebdomadaire pour les personnes sédentaires et assez éloignées de la pratique sportive. Les activités proposées sont à la portée de tous afin que chacun puisse pratiquer en toute sécurité, en fonction de ses besoins, tout en bougeant, sans s'épuiser et en respectant le capital physique de chacun. La séance se déroule à Pleugueneuc, bien sur un mardi !



Cette séance est labellisée **Sport Santé Bien-Etre (SSBE)**.



Les « **ELLES EN ACTIONS** » est également une activité hebdomadaire, proposée à un public féminin qui veut pratiquer une activité physique variée (chaque semaine une activité différente), composée de cardio, de renforcement musculaire avec ou sans matériel: haltères, bâton, élastique, ballon....suivie par des étirements. Chacune à son rythme, chacune avec ses capacités physiques, tout en prenant du plaisir.

La séance se déroule mercredi à Combourg.

« **SANTE VOUS BIEN** » est une activité pour les seniors. Il s'agit d'une activité modérée pour préserver son capital santé et améliorer son état physique général. Elle se déroule également une fois par semaine, le vendredi matin à Lougaulnay.

Une « **MARCHE BIEN ÊTRE** » est proposée également chaque vendredi. La marche est idéale pour toute personne qui désire conserver sa santé physique et mentale. Elle permet de dépenser des calories, de réguler la pression artérielle, d'augmenter la densité osseuse, de développer la force musculaire et l'équilibre, d'aider à gérer le stress et l'anxiété .

En plus de ces créneaux hebdomadaires qui ont concernés **environ 60 personnes** sur la saison 2021-2022, l'OSBR apporte ses compétences dans ce domaine au travers d'actions en faveur du sport, de la santé et du bien être, menée sur le territoire de la Bretagne Romantique. On peut citer par exemple sa participation au forum "Saint-Do sans tabac", aux journées nutritionnelles proposées par le CCAS de Dingé, l'organisation de plusieurs marches dédiées aux aînées et aidants, ...

Marche nordique

L'OSBR propose 2 séances de marche nordique par semaine, le mardi et le samedi matin. Cette activité sportive simple et conviviale est ouverte à tout public adulte. Les éducateurs professionnels de l'office accompagnent les marcheurs dans cette pratique pour parfaire leur technique et profiter pleinement des bénéfices de cette discipline.

Sur la saison 2021-2022 c'est environ **40 personnes** qui ont pu profiter des **48 sorties proposées** par l'office.



Les différents itinéraires proposés sur notre territoire font découvrir le riche patrimoine de la Bretagne Romantique en particulier les très nombreux circuits de randonnées entretenus par la communauté de communes (CCBR). Il existe en effet 46 circuits de randonnées parfaitement balisés et adaptés à la pratique de la marche nordique.

L'Office a également mis à disposition ces circuits de la CCBR sur **IGN Rando** (application et site web de l'IGN dédiés aux activités « nature »). Désormais, il est donc un peu plus facile de profiter de ces parcours à l'aide d'un smartphone

