



OFFICE DES SPORTS DE
LA BRETAGNE ROMANTIQUE

RAPPORT D'ACTIVITÉ

SAISON 2022-2023



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

La saison 2022-2023 a été marquée par une belle dynamique au sein de l'Office des Sports de la Bretagne Romantique. Notre engagement envers la promotion de l'activité sportive, du bien-être et de la santé au sein de notre territoire a été à la hauteur de nos ambitions et en total accord avec notre discours : le sport est essentiel au bien être, à la santé et au développement de la personne.

Ce rapport d'activité permettra, je n'en doute pas, de vous rappeler les multiples facettes de cet engagement, qu'il soit auprès des jeunes & moins jeunes, des écoles, des clubs & des bénévoles.

Il permettra également de démontrer, si cela est encore nécessaire, notre attachement au développement d'une offre pérenne, adaptée et au contact des personnes dans le domaine du sport santé et bien-être.

Nous tenons bien sur à remercier ceux qui permettent le développement de la pratique sportive :

- 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 sans faille,
- les pratiquants qui participent à nos activités avec toujours autant de passion,
- les éducateurs qui s'engagent dans le milieu associatif sur notre territoire.

Je souhaite aussi dire quelques mots de remerciement à tous les acteurs de la fête du Sport organisée sur la commune de Saint Briec des Iffs.

Une magnifique journée d'engagement bénévole, de pratiques sportives et de sourires quel que soit la météo.



Vivons le sport tous ensemble en Bretagne Romantique !!!

***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 2022-2023 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.



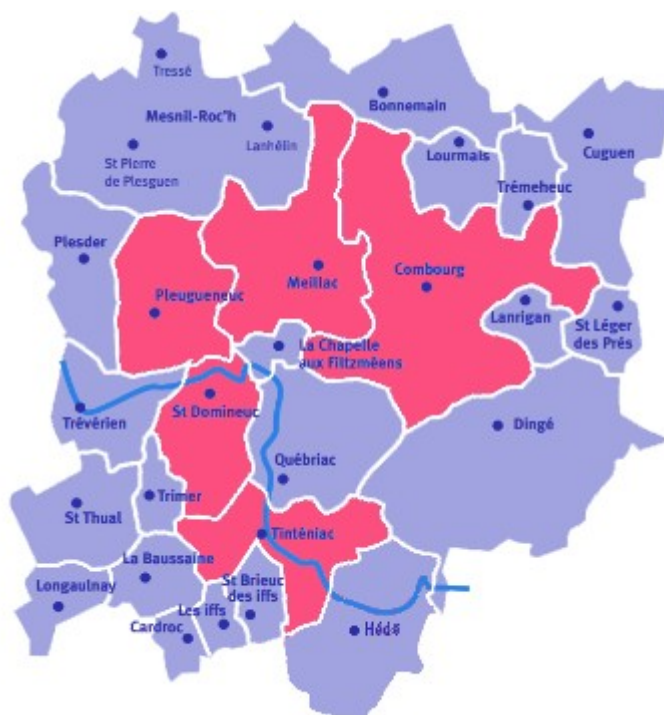
En fin de saison, les enfants sont mis en contact avec les clubs sportifs du territoire via une formule « Pass-Club » gratuite permettant de participer à quelques entraînements dans la discipline de leur choix.

Sur la saison 2022-2023, 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 ball; 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
- Meillac
- Pleugueneuc,
- Saint Domineuc
- Tinténiac



Scolaires

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 2022-2023, **29 classes** ont bénéficié de cette aide, soit plus de **750 enfants**



L'Office mets des kits sportifs à disposition des enseignants



Ces activités et prêts de kits se sont déroulés au sein de plusieurs écoles de la Bretagne Romantique :

- Bonnemain
- Combourg
- Cuguen
- La Chapelle aux Filtzméens
- Meillac
- 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 2022-2023, l'office a fait bénéficier **7 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 **18h par semaine** et touche **180 jeunes** du territoire

Les clubs concernés sont pour cette saison :

- Basket-Ball :
 - Combourg
 - Pleugueneuc / Meillac
- Football :
 - Combourg
 - Meillac/Bonnemain/Mesnil Roc'h
- Volley :
 - Combourg
 - Saint Domineuc/Tinténiac
- Badminton
 - 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 2022-2023, **7 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 Pursuit 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,

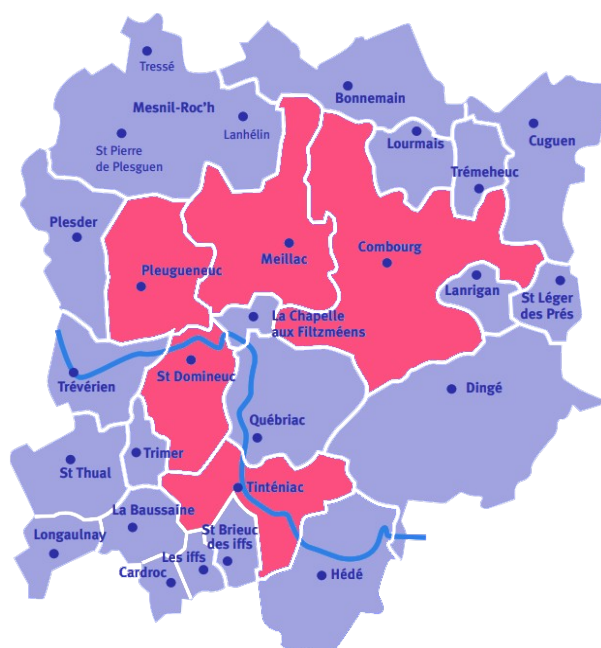


Les plus grands (14-17 ans) peuvent aussi partir **en mini-camps de plusieurs jours**. Cette année, l'office a proposé **un camp vélo de 4 jours** à Jugon les lacs, avec au programme de l'acrobranche, du téléski nautique, du kayak, du VTT, de la pêche,

Sur la saison 2022-2023, l'OSBR a proposé ainsi **32 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 130 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 Meillac bien sur un mardi !



Cette séance est labellisée **Sport Santé Bien-Etre (SSBE) et bénéficie du soutien de l'Agence Régionale de Santé (ARS).**

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** » et « **LE SPORT POUR LA SANTE** » sont des activités pour les seniors. Il s'agit d'activité modérée pour préserver son capital santé et améliorer son état physique général. Elles se déroulent également une fois par semaine, le vendredi matin à Lougaulnay et à La Baussaine.

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 70 personnes** sur la saison 2022-2023, 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 aux journées « Partage et découverte » du CLIC, aux programmes « Prévention diététique et activité physique » proposées par la maison de la nutrition et du diabète à Québriac, Pleugueneuc et Longaulnay.



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 2022-2023 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

