Club
RETRAITE SPORTIVE
FÉRÉOPONTAINE
FEDERATION FRANÇAISE
RETRAITE SPORTIVE

PROJET ASSOCIATIF RSFP

EDITION V1- Q2 2026

Prochaine édition en Q1 2027

Rédacteurs :

Anne-Marie Gasnier
Christine Charton
Denis Aubry
Dominique Le Roy
Philippe Dupont

PREFACE

Ce document « projet associatif » a pour vocation de présenter, avec transparence et sincérité, ce qu'est la RSFP : ses valeurs, ses forces, mais aussi ses axes de progression afin que chacun dispose des éléments nécessaires pour se forger une vision claire et prendre une décision éclairée. .

Il s'agit d'un document vivant, cette première édition marque le début d'une démarche que nous espérons durable.

Il sera révisé, actualisé et édité chaque année au cours du premier trimestre, afin de refléter notre évolution et ainsi permettre à nos partenaires, sponsors, adhérents, et à tous ceux qui s'intéressent à la RSFP, de suivre notre progression et d'agir en toute connaissance de cause.

TABLE DES MATIERES

LA RSFP (Retraite Sportive Féréopontaine)

1. QU'EST-CE QUE LA RSFP ?
2. QUELLE EST SA STRUCTURE ?
3. QUELLE EST SON OFFRE ?
4. QUELLE EST LA DYNAMIQUE DES INSCRIPTIONS ?
5. QUELS SONT LES MOYENS FINANCIERS ?
6. VALORISATION DU BENEVOLAT
7. ANALYSES ..
8. LES AXES D'AMELIORATION ?
9. PLANS D'ACTIONS

1. QU'EST-CE QUE LA RSFP ?

Fondée en 1998, la RSFP (Retraite sportive féréopontaine) est une association sportive dédiée aux personnes de plus de 50 ans résidant à Saint Fargeau-Ponthierry et dans les communes environnantes.

Son objectif est d'organiser, de promouvoir et de développer des activités physiques et sportives adaptées, afin de favoriser le bien-être, la santé et la convivialité.

La RSFP repose entièrement sur l'engagement bénévole. Ses Dirigeants et ses animateurs s'investissent avec passion pour proposer des activités de qualité.

Elle propose une large diversité d'activités adaptées aux +50 ans, dans un esprit de convivialité et de bienveillance.

La RSFP dispose d'un Site internet : rsfp77.blogspot.com qui est en cours de refonte.

L'association est affiliée à la FFRS (Fédération Française de la Retraite Sportive), C'est une garantie de sérieux, de sécurité et d'encadrement professionnel.

FFRS – Fédération Française de la Retraite Sportive

***La RSFP est affiliée à la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS)**, fédération multisports dédiée aux plus de 50 ans, reconnue d'utilité publique et agréée par le ministère chargé des Sports.*

Depuis plus de 40 ans, la FFRS développe le concept de « Sport Senior Santé® », fondé sur une pratique régulière, adaptée et accessible, visant à préserver le capital santé et favoriser le bien vieillir.

Elle s'appuie sur un réseau structuré et dynamique :

- *92 000 licenciés*
- *370 clubs*
- *60 activités sportives*
- *6 000 animateurs bénévoles*
- *74 instructeurs fédéraux*
- *7 comités régionaux et 47 comités départementaux*

La RSFP est intégrée dans ce réseau via :

- *Le CODERS 77 (Comité départemental)*
- *Le CORERS Île-de-France (Comité régional)*

Cette affiliation garantit à la RSFP, un cadre sécurisé, des formations de qualité ainsi qu'une intégration dans une dynamique nationale reconnue.

2. QUELLE EST SA STRUCTURE ?

La RSFP est une association, loi 1901, à but non lucratif, reconnue et engagée.
Elle est domiciliée à la mairie de Saint-Fargeau-Ponthierry.

Elle est reconnue d'intérêt général. Cette reconnaissance témoigne de son engagement au service des seniors.

Elle s'appuie sur une organisation structurée et un collectif solide :

- **16 membres au conseil d'administration**

- **43 animateurs** sportifs, bénévoles, impliqués et qualifiés

3. QUELLE EST L'OFFRE DE LA RSFP ?

LA RSFP propose une offre sportive riche, variée, qu'elle enrichie régulièrement.

3 nouvelles activités ont été mises en place en 2025 :
- Activ'Mémoire: stimulation des capacités cognitives de manière ludique.
- Marche Nordique: activité complète et idéale alliant endurance et découverte de la nature.
- Pickleball: jeu de raquette accessible et convivial, en plein essor.

Activités proposées au sein du Club

domaines	activités	pratiquants	animateurs	fréquence
activités gymniques	gymnastique	90	3	3
	Pilates	64	1	3
	aquagym	74	7	2
	activ'mémoire	41	2	2
pratiques douces	yoga	40	1	2
	tai chi	25	2	1
	Qi Gong	25	2	2
sports d'adresse	pétanque	22	1	1
	tir à l'arc	2	1	1
plein-air	randonnée	220	15	1
	balade	179	11	1
	marche nordique	16	1	1
	cyclisme	7	2	1+
jeux de raquette	tennis	13	3	1
	pickle ball	12	1	1
	tennis de table	42	6	2
	TOTAL	872	59	

La volonté de la RSFP est de continuer à enrichir son offre, avec l'idée centrale de développer à la fois le corps et l'esprit.

Notre dynamisme séduit. Les adhérents pratiquent en moyenne 2,3 activités. Cela démontre son attractivité et sa capacité à proposer des pratiques variées et adaptées à chacun.

Rejoignez-nous pour bouger, pour apprendre et pour partager dans la bonne humeur .. tel est le leitmotive de la RSFP.

En 2025, la RSFP propose 15 activités, dont 9 payantes et 6 gratuites

La RSFP s'engage à proposer des activités accessibles, tout en assurant leur qualité et leur pérennité.

La politique tarifaire de la RSFP repose sur 3 principes fondamentaux :

/ L'équité : des tarifs justes, calculés en fonction des coûts et du contexte.

/ L'inclusion : des activités gratuites pour favoriser l'accès au plus grand nombre.

/ La transparence : une communication claire sur les critères de tarification.

	PAYANTES ACTUELLEMENT									GRATUITES ACTUELLEMENT						
ACTUEL	ACTIVM	AQUAGYM	GYM	MARCHE NORD	PILATES	QIGONG	TAISHI	TT	YOGA	BALADE	CYCLO	Pétanque	Pickleball	RANDO	TENNIS	Total
Nb Place	41	74	90	16	64	25	25	42	40	179	7	22	12	220	13	870
Tarif	*40 €*	*60 €*	*60 €*	*10 €*	*65 €*	*40 €*	*40 €*	*20 €*	*100 €*	*0 €*	*0 €*	*0 €*	*0 €*	*0 €*	*0 €*	
Revenu	1 640 €	4 440 €	5 400 €	160 €	4 160 €	1 000 €	1 000 €	840 €	4 000 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	22 640 €

Des tarifs construits au plus juste :

Les tarifs des 9 activités payantes sont définis à partir de 3 critères :

- Coûts d'investissement : Achat de matériel et accessoires spécifiques à l'activité.
- Coûts des prestataires : Rémunération des intervenants extérieurs (professeurs de yoga, Pilates, cours de gym).
- Coûts liés à la sécurité : Rémunération des surveillants piscine (aquagym).

La RSFP veille à proposer des tarifs accessibles, tout en couvrant les coûts indispensables au maintien de la qualité de ses activités

La Randonnée et la Balade, activités historiques de la RSFP, sont gratuites. Elles sont L'ADN de l'association et permettent une entrée dans l'associatif sans barrière financière.

Les nouvelles activités sont généralement proposées gratuitement en phase de lancement, avant d'être tarifées.

Les activités peu fréquentées, telles que le cyclo sont gratuites afin d'encourager la participation.

LA RSFP veille à ce que chaque activité, qu'elle soit payante ou gratuite, contribue à enforcer la cohésion sociale et le bien-être de ses adhérents.

4. QUELLE EST LA DYNAMIQUE D'INSCRIPTION ?

La RSFP accueille une population active et engagée avec un âge moyen de 71 ans et au 2/3 féminine. On observe une tendance à la baisse de l'âge moyen.

La croissance a été très forte en 2025 après plusieurs années de croissance un peu plus faible. C'est un véritable signe d'encouragement pour toute l'équipe de la RSFP.

	2023 – 2024			2024 – 2025			2025 - 2026		
Hommes/Femmes	H	F	Total	H	F	Total	H	F	Total
Nombre d'adhérents	101	232	***333***	109	234	***343***	121	259	***380***

En 2025, le taux de renouvellement de ses adhérents est de 90%, signe tangible de la fidélité et de la satisfaction des adhérents.

Certaines disciplines rencontrent un franc succès et affichent complet. Comme l'aquagym, la gymnastique, le Pilates, le yoga, le tennis de table…

Pour maintenir la qualité des activités, la RSFP a dû refuser temporairement certaines activités en début de saison.

La RSFP veut poursuivre sa dynamique d'innovation avec l'ajout de nouvelles activités en :

/ Travaillant avec les municipalités pour obtenir de nouveaux créneaux horaires

/ En renforçant ses actions avec ses partenaires (FRS, CORERS, CODERS) afin d'élargir notre offre et nos ressources

L'ensemble de ces actions s'inscrit dans le respect des 2 piliers fondamentaux de la RSFP que sont :

/ la qualité des activités
/ la convivialité

5. QUELS SONT LES MOYENS FINANCIERS ?

BUDGET RSFP SAISON 2025/2026

DEPENSES			
☑	ANIMATEURS	-19,9	46%
☒	SALAIRES AUTO-ENTREPRENEURS	-13,9	32%
⮌	LICENCES	-8,9	20%
✓	FRAIS ADMINSTRATIF	-1,1	2%
	Total	-43,7	

ENTREES		
☑	ADHERENTS	39,9
☒	SUBVENTIONS	4,3
✓	LIVRET A	1,0
	Total	45,2
	RESULTAT	1,5

BUDGET RSFP SAISON 2025/2026 (détaillé)

DEPENSES		
✓	Frais administratifs	-1,1
☑	Participation au frais des animateurs	-8,0
☑	Frais des événements ponctuels	-5,3
☑	Achat de matériel et équipements	-2,0
☑	Frais de manifestations (traiteur, loc ..)	-4,6
☒	Salaires et auto-entrepreneurs	-13,9
⮌	Reversement des licences à la FFRS	-8,9
	Total	-43,7

ENTREES		
☑	Cotisations	1,7
☑	Inscriptions aux activités	21,2
☑	Inscriptions aux événements ponctuels	5,1
☒	Subventions (municipal, depart, région)	4,3
☑	Participation aux manifestations	3,0
✓	Revenu financier (livret A)	1,0
☑	Encaissement des licences pour la FFRS	8,9
	Total	45,2
	RESULTAT	1,5

BUDGET DES RECETTES : 45,2k€.

Un budget qui permet de proposer des activités de qualité accessibles au plus grand nombre.

- PILIER CENTRAL : la contribution des adhérents

88% des recettes (soit 39,9 k€) proviennent des adhérents.

La contribution moyenne s'élève à 114€ par adhérent. Ce montant reste accessible mais atteint une limite pour certains adhérents. En effet, 20% des adhérents demandent des paiements échelonnés (en 2 ou 3 fois), et cette proportion est en augmentation.

La RSFP veille à maintenir un équilibre entre l'accessibilité financière et la qualité des activités proposées.

- SOUTIEN INDISPENSABLE : les subventions

Les subventions représentent 10% de nos recettes (soit 4,5 k€). Ces aides sont essentielles au fonctionnement de l'association et permettent de maintenir des tarifs accessibles.

- La RSFP bénéficie du soutien sans faille des fidèles partenaires :
  - La municipalité de Saint-Fargeau-Ponthierry
  - La municipalité de Chailly-en-Bière
  - Le Département de Seine-et-Marne
  - La Région Île-de-France

Ces partenariats témoignent de la reconnaissance de l'action de la RSFP et de son ancrage territorial.

- PRODUITS FINANCIERS :

Les 2% restants (soit 0,9 k€) proviennent des intérêts du Livret A.
Bien que modestes, ces ressources contribuent à l'équilibre financier et permettent d'aborder certains imprévus.

=> UN MODELE EQUILIBRE :

Le modèle économique repose sur l'équilibre entre cotisations, subventions et gestion rigoureuse.

Pour en assurer la pérennité, l'association s'attache à :
- Maintenir des tarifs accessibles tout en garantissant la qualité
- Renforcer les partenariats pour sécuriser les aides
- Innover pour attirer de nouveaux adhérents sans alourdir leur contribution

Ce modèle solidaire et responsable constitue un élément clé de la stabilité de RSFP

BUDGET DES DEPENSES : 43,7K€

La RSFP mobilise ses ressources avec rigueur et cohérence, en plaçant l'humain et la qualité au cœur de ses priorités.

- LA PRIORITE MAJEURE : les Animateurs

Les dépenses liées aux animateurs s'élèvent à 19,8k€ (soit 47%)

Elles couvrent :
- -La formation initiale et continue pour se perfectionner
- L'acquisition de matériel
- Le financement de leurs licences (affiliation à la FFRS)
- L'organisation de rencontres et d'évènements pour créer du lien et de la motivation
- Une journée annuelle de reconnaissance des bénévoles

Les animateurs constituent le pilier de la RSFP et leur accompagnement est une priorité durable pour l'association.

-LES INTERVENANTS EXTERIEURS

13,9 K€ (soit 32%) sont consacrés aux intervenants extérieurs.

Ce budget permet de proposer des activités spécifiques - aquagym, yoga, Pilates - qui nécessitent des compétences professionnelles externes : surveillants de piscine, intervenants indépendants pour le yoga et le Pilates, des expertises que la RSFP ne dispose pas en interne.

Ces collaborations permettent de compléter les compétences internes de l'association.

.

- LICENCES ET ASSURANCE FFRS

8,9 K€ (soit 20%) sont dédiés aux licences et assurances.

Ces dépenses garantissent :

/ La sécurité des adhérents
/ Un cadre fédéral reconnu
/ La participation à des événements interclubs
/ La formation des animateurs

- FRAIS DE FONCTIONNEMENT

1,1 K€ (soit 2%) couvrent :

/ Les frais administratifs (affranchissement, fournitures)
/ Les outils de gestion de comptabilité (redevance du logiciel ..)

=> UNE GESTION RESPONSABLE

Chaque dépense est engagée avec rigueur dans le respect de 3 objectifs

/ La qualité pour les adhérents
/ La reconnaissance pour les bénévoles et intervenants
/ La pérennité de l'association

6. VALORISATION DU BENEVOLAT

VALORISATION DE BENEVOLAT		
	MB D'HEURES	VALORISATION
ANIMATEURS (hors prépa)	2 163	25 999 €
MEMBRES DU CA	360	4 327 €
PRESIDENCE	960	11 539 €
TRESORERIE	480	5 770 €
SECRETARIAT	240	2 885 €
TOTAL	**4 203**	**50 520 €**

Base smic horaire 12,02 €

VALORISATION DES LOCAUX		
	MB D'HEURES	VALORISATION
TOTAL	918	27 540 €

Base loc horaire 30,00 €

VALORISATION DES KM		
	NB KMS	VALORISATION
TOTAL	8 914	4 011 €

Base rem Km 0,45 €

Le bénévolat est l'engagement invisible qui rend tout possible

Derrière chaque activité de la RSFP, il y a des heures de bénévolat, des locaux mis à disposition et des kilomètres parcourus— une richesse humaine et solidaire indispensable à son fonctionnement.

1- Le bénévolat est le cœur battant de la RSFP :

4 203 heures de bénévolat ont été consacrées à la RSFP en 2025
2 163 heures par les animateurs (hors temps de préparation)
2 040 heures par l'équipe dirigeante

=> La valeur économique de ces heures représente 50 520 € (sur la base du SMIC chargé).

Sans cet engagement, il faudrait multiplier les tarifs par 4 pour maintenir les activités. Cela remettrait en cause l'équilibre de l'association.

Chaque heure donnée est une heure de passion, de compétence et de solidarité au service des adhérents.

2- Le soutien des municipalités est un partenariat très précieux :
912 heures de locaux mis à disposition gratuitement par les municipalités de Saint-Fargeau-Ponthierry et Pringy.
=> La valeur économique équivaut à 27 540 € (sur la base de 30 €/heure de location).

C'est un soutien indispensable pour garder les activités accessibles à tous.
Grand merci à nos partenaires publics pour leur confiance et leur engagement à nos côtés !

3- Les dons pour les kilomètres parcourus sont un engagement qui va au-delà :
8 914 km ont été parcourus par les animateurs en 2025 pour se rendre sur les lieux d'activités.
=> La valeur économique représente 4 011 € (sur la base de 0,45 €/km).

Ce sont des cadeaux offerts par les bénévoles pour que chaque séance ait lieu, quel que soit le lieu.

Sans les bénévoles et sans les municipalités, la RSFP n'existerait pas.
- Sans les bénévoles, le coût des activités serait multiplié par 4
- Sans les municipalités, l'association n'aurait pas de locaux accessibles
- Sans l'engagement des animateurs, aucune séance ne pourrait avoir lieu

La RSFP, c'est avant tout une histoire humaine, de générosité et de partage. C'est sa force.

Chaque partenaire, chaque bénévole contribue à écrire la belle aventure de la RSFP.

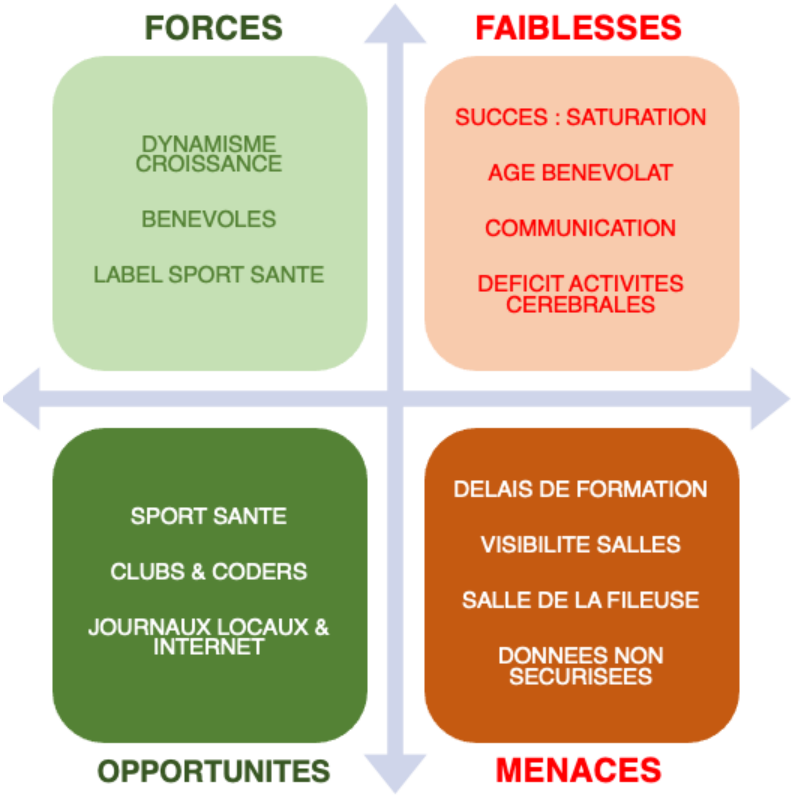
BUDGET RSFP SAISON 2025/2026 (avec valorisation bénévolat, locaux, km)

DEPENSES			
☑	ANIMATEURS	-19,9	46%
☒	SALAIRES AUTO-ENTREPRENEURS	-13,9	32%
⮌	LICENCES	-8,9	20%
✓	FRAIS ADMINSTRATIF	-1,1	2%
	Sous Total	**-43,7**	
	Valorisation du bénévolat	-50,5	
	Valorisation des locaux	-27,5	
	Valorisation des KM	-4,0	
	Sous-Total	**-82,1**	
	TOTAL	**-125,8**	

ENTREES			
☑	ADHERENTS	39,9	88%
☒	SUBVENTIONS	4,3	10%
✓	LIVRET A	1,0	2%
	Sous Total	**45,2**	
	Valorisation du bénévolat	50,5	
	Valorisation des locaux	27,5	
	Valorisation des KM	4,0	
	Sous-Total	**82,1**	
	TOTAL	**127,3**	

RESULTAT **1,5**

7. ANALYSES



- FORCES :

/ Le dynamisme et la croissance constante des adhérents constituent une force indéniable de la RSFP. L'augmentation constante du nombre d'adhérents démontre que l'association répond à un besoin réel et sait s'adapter.

/ les nombreux bénévoles impliqués et qualifiés constituent le meilleur gage de qualité.

/ Les labels 'Sport Santé Seniors » «et « d'intérêt général » attestent du sérieux de la RSFP et facilitent l'accès à de nouveaux partenariats.

- FAIBLESSES :

/ La croissance constante pourrait constituer un frein si la RSFP n'arrivait pas à la gérer. La difficulté à répondre à toutes les demandes est un signe de succès, mais c'est également un risque de frustration après des adhérents et des bénévoles.

/ Le bénévolat de la RSFP, très efficace, mais vieillissant peut présenter un enjeu de pérennité et de transmission des savoirs.

/ La communication perfectible limite la visibilité et attractivité de l'association, surtout auprès des jeunes et des nouveaux publics

/ Le manque d'activités culturelles/cérébrales peut restreindre notre public cible et l'impact social.

- OPPORTUNITES :

/ "Sport Santé" est une véritable opportunité pour la RSFP et un axe porteur, surtout face vieillissement de la population. C'est un atout pour obtenir des aides et développer des partenariats.

/ La RSFP veut développer des liens plus étroits avec les clubs environnants et le CODERS. Ceci pourrait aider à d'enrichir l'offre et à mutualiser des ressources.

/ La RSFP souhaite être présente dans les journaux locaux et sur internet pour renforcer sa notoriété et son attractivité.

- MENACES :

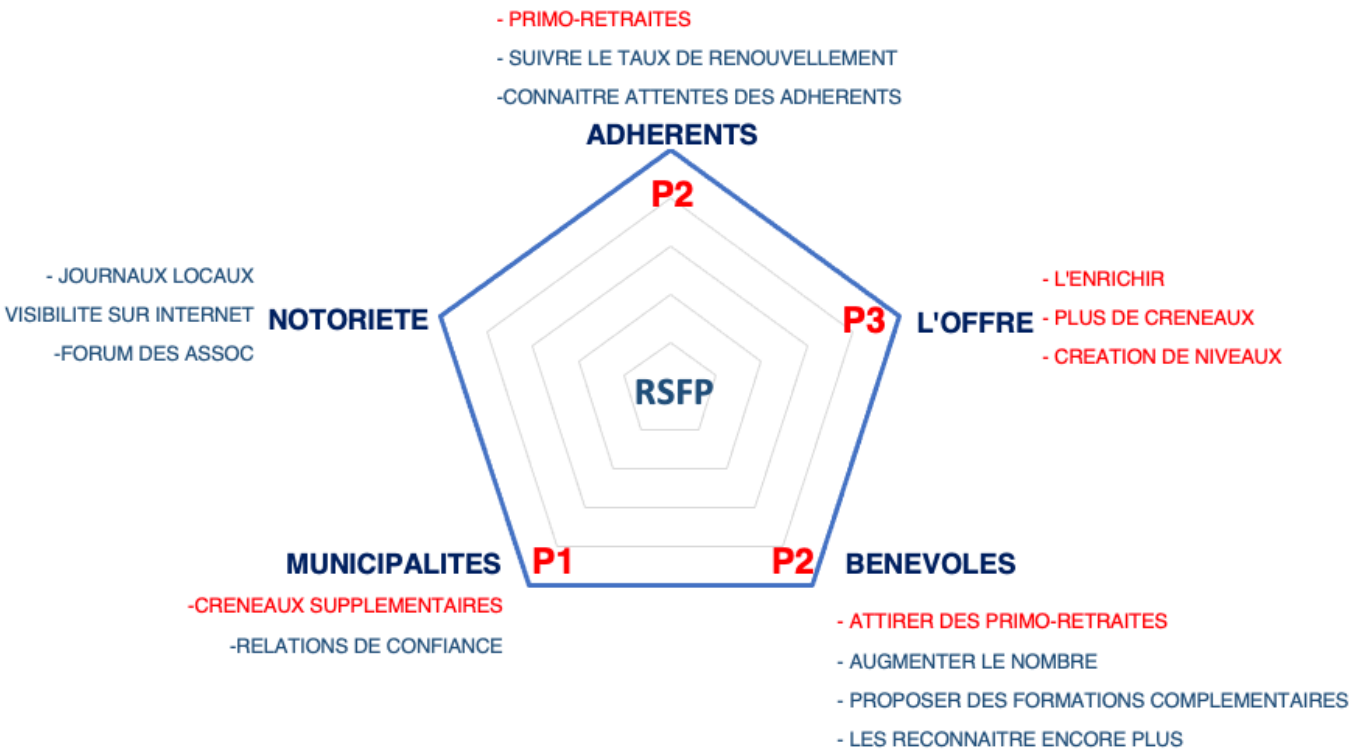
/ Les délais d'inscription aux formations pour les animateurs sont bien trop longs. C'est une véritable frustration, et une source de démotivation.

/ La RSFP manque de visibilité sur les créneaux (salles) disponibles, ce qui limite sa capacité à proposer des activités.

/ La RSFP est très inquiète sur le devenir de la salle de la fileuse. Ca pourrait fragiliser les activités.

/ Les données de l'association sont mal sécurisées et non sauvegardées de façon centralisée. Ceci pourrait avoir un fort impact sur la continuité des activités.

8. AXES D'AMELIORATION



➤ **P1 (Plan d'action N° 1) : LES MUNICIPALITES** :
Travailler encore plus étroitement avec les municipalités pour obtenir plus de créneaux horaires et de support.

➤ **P2 (Plan d'action N°2) : ADHERENTS et BENEVOLES**
La RSFP veut se rapprocher le plus en amont possible des primo-retraités et pour ce faire 2 leviers sont envisagés :

/ des interventions en entreprise pour présenter les activités et les bénéfices de l'engagement associatif.
/ des portes ouvertes avec séances gratuites et conviviales pour leur faire vivre l'expérience associative et faciliter leur adhésion.

➤ **P3 (Plan d'action N°3) : L'OFFRE**
La RSFP veut associer plus de cognitif au sportif et créer des niveaux pour les différents publics (débutant, intermédiaire, avancé).
.

En plus de ces 3 plans d'actions principaux, la RSFP continue à en mener d'autres au fil de l'eau :

=> La RSFP veut mieux comprendre les attentes de ses adhérents :
En analysant régulièrement son taux de renouvellement
En effectuant des sondages réguliers

=> La RSFP veut continuer à renforcer et valoriser son équipe de bénévoles :
En ciblant les primo-retraités via des réunions dédiées
En explorant un système de parrainage pour faciliter leur intégration
En trouvant des moyens concrets pour encore mieux les reconnaître

=> La RSFP veut continuer à renforcer sa visibilité :
En développant sa présence dans les journaux locaux
En finalisant notre refonte internet d'ici fin 2026

9. LES PLANS D'ACTION (1/3)

PLAN D'ACTION N°1	**TRAVAILLER ENCORE PLUS ETROITEMENT AVEC LES MUNICIPALITES POUR OBTENIR PLUS DE CRENEAUX HORAIRES**	
Date de début : **SEPT 2026**	Équipe :	Date de fin ciblée :
Objectifs :		
Critères de réussite :		

Ce plan d'action sera lancé en septembre 2026

Dans un 1er temps, il faudra constituer l'équipe en charge de ce plan d'action (2 à 3 personnes)

Cette équipe déterminera, avec le bureau de la RSFP, les objectifs, les critères de réussite et la date de fin

Retour d'expérience :

9. LES PLANS D'ACTION (2/3)

PLAN D'ACTION N°2	**SE RAPPROCHER DES PRIMO-RETRAITES LE PLUS EN AMONT POSSIBLE**	
Date de début : **SEPT 2026**	Équipe :	Date de fin ciblée :
Objectifs :		
Critères de réussite :		

Ce plan d'action sera lancé en septembre 2026

Dans un 1er temps, il faudra constituer l'équipe en charge de ce plan d'action (2 à 3 personnes)

Cette équipe déterminera, avec le bureau de la RSFP, les objectifs, les critères de réussite et la date de fin

Retour d'expérience :

9. LES PLANS D'ACTION (3/3)

PLAN D'ACTION N°3	**CREER :** **/ DES NOUVELLES OFFRES COGNITIVES** **/ DES NIVEAUX (débutant, intermédiaire, avancé)**	
Date de début : **SEPT 2026**	Équipe :	Date de fin ciblée :
Objectifs :		
Critères de réussite :		

Ce plan d'action sera lancé en septembre 2026

Dans un 1er temps, il faudra constituer l'équipe en charge de ce plan d'action (2 à 3 personnes)

Cette équipe déterminera, avec le bureau de la RSFP, les objectifs, les critères de réussite et la date de fin

Retour d'expérience :

FIN