

# Palmes En Cornouaille



**Club Loisirs & Compétitions  
Nage avec Palmes et  
Monopalme**



# Présentation du club



Découvrez Palms En Cornouaille : le club de natation avec palmes pour tous

Fondé en 2010 à Quimper, Palms En Cornouaille est un club de natation avec palmes qui propose des séances en piscine et en mer, ouvertes à tous les âges.

Nous sommes fiers d'être affiliés à la FFESSM (Fédération Française d'Etudes & Sports Sous-Marins).



## Palms En Cornouaille : Une brève présentation

- Un club proposant des entraînements jusqu'à six fois par semaine, adaptés aux niveaux et aux envies de chacun, en bi-palmes ou en monopalme, en surface, en immersion (avec bouteille) ainsi qu'en apnée.
- De l'initiation à la compétition, pour les débutants comme pour les confirmés, ainsi que la pratique en loisir.
- Des entraînements à Quimper, dans les piscines Aquarive ou Kerlan Vian à Ergué Gaberic, à Aquaforme en piscine extérieure (29°), ou en milieu naturel (plages de L'Ile Tudy et Treboul).
- Un esprit d'équipe formidable dans une ambiance familiale.
- Un club multigénérationnel en plein développement : 75 adhérents en 2022, 85 adhérents âgés de 12 à 74 ans en septembre 2023.



# Notre équipe

## Les Co-Présidentes

**Marie LANDOLSI** Co-présidente



**Tifenn GOBIN** Co-présidente



Coupe d'Europe des clubs  
championne France  
Apnée



Multi Médaiillée  
Championnat de France  
Eau libre et Piscine en Master

## Les coachs

**Thierry HENRI**



**Martin LESPAGNOL**



12X Champion de France  
Vice champion d'Europe  
Triathlète semi-pro  
+ de 120 victoires!

Initiateur Palmes  
Vainqueur aux Trophées du Sport  
Quimpérois 2022 catégorie  
technicien et 2023 "Jeune  
Sportif"

## Les nageurs et juges



# Un club Loisir

## La vocation du club

Rendre accessible la nage avec Palmes et Monopalme à tous âges de la vie :  
**s'éprouver, progresser, s'épanouir et découvrir les sensations de glisse**

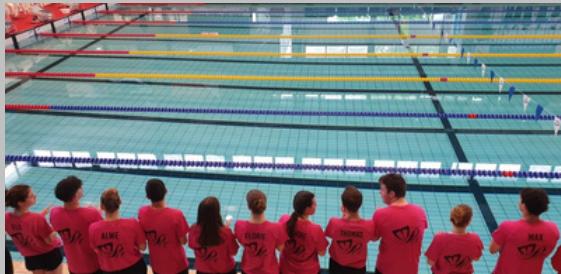


Notre club est basé sur des **VALEURS** fortes qui guident chacune de nos actions. Voici quelques-unes de ces valeurs

- Favoriser l'activité de nos licenciés pour le bien-être de tous (ouverture sur d'autres pratiques pendant les vacances: yoga, cross fit, renforcement...)
- Développer la formation personnelle (initiateur palmes, BNSSA pour les jeunes et les Masters)
- Favoriser le sport au féminin en proposant des entraînements sur des horaires adaptés à la vie de famille...
- Encourager le sport santé



# Un club Compétiteur



Chaque année, notre club encadre des nageurs débutants, confirmés et Elites dans l'objectif de les aider à atteindre leur plus haut niveau de pratique, notamment en participant à des compétitions locales, nationales voire internationales.

Lors de la saison 2022 2023 : le PEC s'est retrouvé sur les plus hautes marches du podium :

- Championnat de France ELITE piscine AVRIL 2023:  
1 médaille de Bronze par équipe jeune 4X100M;  
3 médailles de Bronze en individuel jeune et senior  
4 médailles d'argent et 3 de bronze en master dont 4 pour Tifenn notre co-présidente au 800m, 400m, 200m et 100m...

- Championnat de France Eau Libre MAI 2023 :  
Double médaille d'or pour Eloise Kerjean au 1000m et au 3000m catégorie minime fille;  
Médaille d'or pour notre entraîneur Thierry sur 3000m en master;  
4 médailles de Bronze en individuel et un en relais,



Championnat de France  
ELITE piscine AVRIL 2023



2 Trophées sportifs Quimpérois  
obtenus en catégorie jeune  
femme et équipe jeune  
(Décembre 2023 )



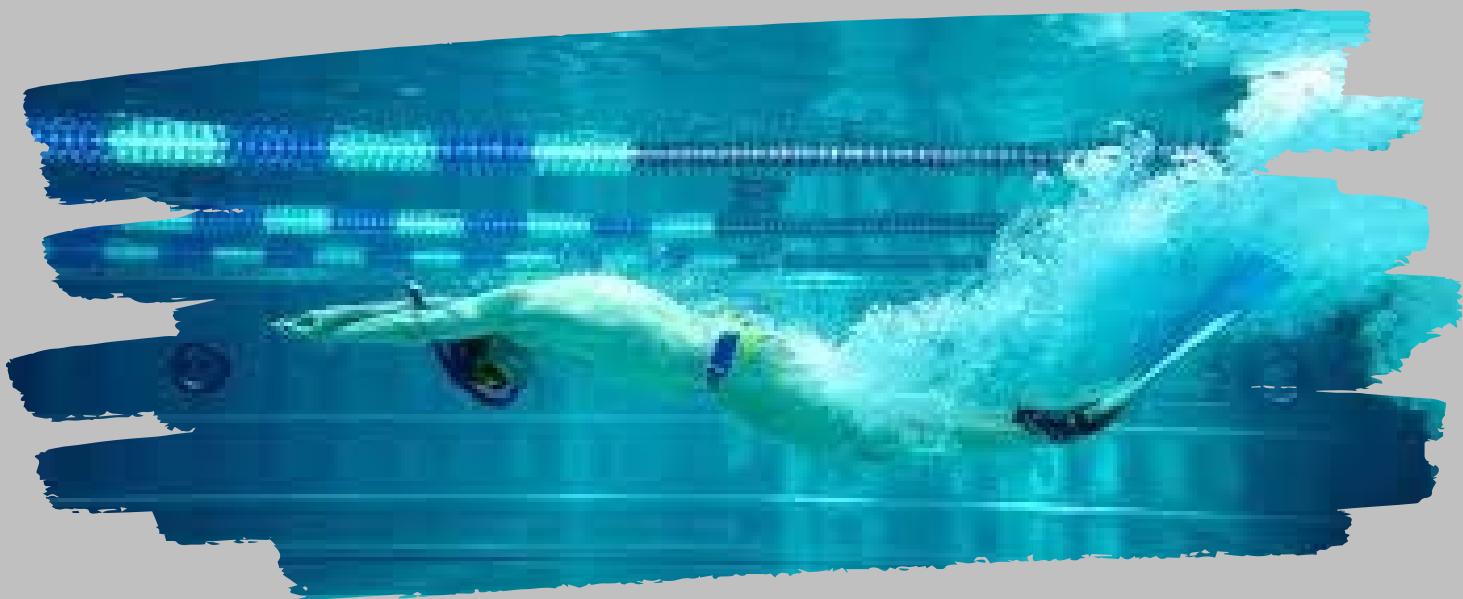
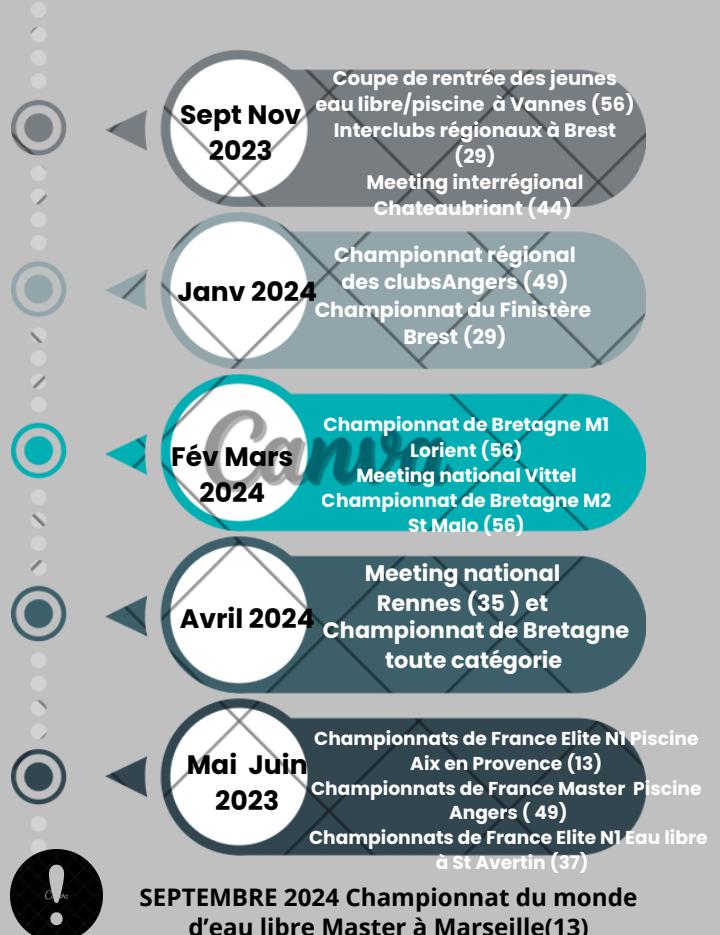
Championnat de France  
Eau Libre MAI 2023

# Nos objectifs



Depuis plusieurs années, le PEC envoie une délégation de nageurs aux finales nationales en piscine et en eau libre, en catégorie jeune et master (Nationale 1 Elite mais aussi Championnat du monde)

## Saison 2023-2024



# Notre budget



## Principaux postes de dépenses du Club PEC

- **Matériel & équipements:**

- prêt du matériel pour nos nageurs débutants, confirmés et loisirs : tuba, palmes, monopalmes, combinaisons eau libre etc..
- Tenue Club pour les compétitions, l'équipement de l'entraîneur.



- **Frais de déplacement aux compétitions régionales et nationales :**

- location minibus, billets de train et avions, hébergement, courses alimentaires pour les repas sur place...



- **Pris en charge des frais de formation encadrants et bénévoles**

- Pour nos nageurs Compétiteurs volontaires formation au diplôme d'encadrant initiateur
- Pour les parents accompagnateurs formation au diplôme de juges fédéral nécessaire à chaque compétition.



- **Coûts de fonctionnement du club**

- salaires encadrement avec notamment CDI 25H semaine
- location de lignes d'eau supplémentaires non prises en charge par la mairie
- frais d'engagements aux compétitions, location d'un local CLUB...

## Comment nous aider ?



### En devenant pour notre club:

- **un partenaire majeur**
- **un partenaire de projet** (stage de Lanzarote, organisation d'évènements sportifs...)
- **un partenaire de service par des aides ou dons en nature**

### En contrepartie nous vous offrons :

- **Aide à la communication:** le PEC s'engage à mettre en avant et rendre plus visible votre entreprise par un affichage de votre visuel sur nos équipements ou supports, une présence sur nos réseaux sociaux ou lors de nos évènements...
- **Création d'une opération commerciale avec votre entreprise** ( fête des mères, saint valentin, clean up day etc...)
- **Offrir une initiation en nage avec palmes pour vos collaborateurs, vos clients...**

# Visibilité des partenaires



Sur Quimper,  
Ergué Gabéric,  
L'île Tudy,  
Douarnenez...  
partout en  
FRANCE

Banderole exposée lors des évènements sportifs et non sportifs organisés au niveau local

## Supports publicitaires

Compétitions régionales et nationales



Tenue Compétitions nationales



Tee shirt nageurs, bénévole

Tenue du coach  
là aussi



Monopalmes utilisées pendant les entraînements (stickers)



Sur les réseaux sociaux  
Suivez nous



# Supports & visuels à financer



Pour l'ensemble des versements effectués au titre de mécéna,\_ ouverture de droit à une réduction d'impôt au taux de 60 %

[https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article\\_lc/LEGIARTI000046861121](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000046861121)  
article 238 bis du code général des impôts

Désignation support	Achat TTC	Budget après remise fiscale
<b>Don libre</b> <u>2 séances d' 1H initiation monopalme offertes par tranche de 100 euros de dons</u> ( à offrir à vos collaborateurs, clients, famille...)	à partir de 50€	20€
<b>Financement de la Banderole Communication</b> Au choix :compétition ile Tudy mai 2024 ou Troc et puces septembre 2024	100€	100€ déductibles du bénéfice imposable
<b>Financement de la Tenue entraîneur 2024</b> ( portée aux entraînements ( aquaform, aquarive ) et aux compétitions LOGO floqué	150€	150€ déductibles du bénéfice imposable
<b>Financement de l'Achat de Monopalmes</b> utilisée à l'entraînement, les stages Atout sport, sorties en mer et compétition ( grand sticker du LOGO sur la face avant )	250€/ monopalme	100€
<b>Financement T-shirts BENEVOLES, JUGES Championnat de Bretagne Ile TUDY</b> Eau libre - MAI 2024-(50)	500€	500€ déductibles du bénéfice imposable
<b>Financement Tenue nageurs qualifiés aux Championnats nationaux ELITE 2024</b> en piscine et en eau libre (25)	1000€	1000€ déductibles du bénéfice imposable
<b>Financement achat de Combinaisons néoprène</b> nage en mer pour séances initiations et compétitions (10)	2000€	800€

# Partenaires qui nous ont fait confiance en 2023...



Mr et Mme Guillou Boulanger Quimper ( PARTENAIRE de notre tenue club et de l'opération de Noël Paquets cadeaux au profit du stage à Lanzarote)



Mr DA RU : Entreprise Guichard Briec ( partenaire de notre tenue club)



Mr Lespagnol : Entreprise Alizé Quimper (partenaire de notre tenue club)



Entreprise Dadypac Quimper (partenaire de fonctionnement club)



Entreprise Ysblue Douarnenez (partenaire Bonnet Club )



Mr Hénaff: Entreprise Hénaff Pouldreuzic ( partenaire stand restauration compétitions locales)



Famille Planchet: Piscine Aquaform Ergué Gaberic ( partenaire structure sportive)



Entreprise Leclerc Quimper ( partenaire Stand et restauration compétitions )



Cross Fit Be Safe Quimper (partenaire prestation sportive)

# Affiche Partenariat/ réseaux sociaux



# Exemples d'actions menées tout au long de l'année...



opération octobre pour la Kemper'ose



Forum des associations



# Remerciements



Tous les membres du Club  
Palmes En Cornouaille  
(nageurs et bénévoles)  
vous remercient de l'attention  
que vous avez apporté à la  
lecture de ce document.

## Pour nous contacter :



palmesencornouaille29@gmail.com



@palmesencornouaille



Marie LANDOLSI  
co présidente  
06 88 97 53 77