

CLUB MONS TRIATHLON

www.mons-triathlon.fr

Reçu le :

AQUAPHOBIE - Bulletin d'inscription - Saison : 2024 / 2025
(Merci d'écrire LISIBLEMENT)

Nom :Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Profession :

POUR LA BONNE RECEPTION DES INFORMATIONS DURANT LA SAISON :

- e-mail (en **MAJUSCULES** pour la lisibilité) :

.....

- Téléphone (N° de portable de préférence).....

Aquaphobie 12 séances / 75 €

10 personnes maximum par cours le samedi de 13h00 à 13h45

Tarifs préférentiels : - 20%

(En recherche d'emploi, RSA, collégiens, lycéens, étudiants, (sur justificatif de l'année en cours), familles à partir de 3 inscrits)

Réductions non cumulables

Règlement :

Espèces

Chèque

Décharge

Certificat médical

→Nouvel adhérent : certificat de moins de 6 mois obligatoire

→Adhérent année 2023-2024: certificat de l'année précédente, ou à renouveler selon réponse au questionnaire, page suivante

Contrat d'objectif

Besoin d'une attestation

Si les 3 conditions administratives (Règlement, Décharge, Certificat médical,) ne sont pas remplies l'adhérent ne pourra accéder au bassin

CLUB MONS TRIATHLON

www.mons-triathlon.fr

Concernant le certificat médical :

1/ Nouvel adhérent : un certificat médical récent (moins de 6 mois) est demandé pour la première année d'inscription.

2/ Adhérent année précédente : l'adhérent s'engage à remplir, sur l'honneur, le questionnaire de santé ci-après. Ce questionnaire permet de savoir si un certificat médical est à fournir pour renouveler son adhésion sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON *	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

***Les réponses formulées relèvent de votre seule responsabilité.**

Si vous avez répondu NON à toutes les questions, vous êtes prêt pour votre saison sportive, votre certificat de l'année précédente (moins de 3 ans) suffira.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, nous vous recommandons fortement d'aller consulter votre médecin et de lui montrer vos réponses afin de redéfinir votre aptitude sportive pour la saison.

CLUB MONS TRIATHLON

www.mons-triathlon.fr

LETTRE DE DECHARGE - SAISON 2024 / 2025

Je soussigné(e).....
certifie avoir pris connaissance :

- Des statuts de l'association MONS TRIATHLON dénommée le « Club »,
- Du règlement intérieur du Club,
- **Exigences concernant le certificat médical,**

Je m'engage à respecter :

- Le règlement intérieur du Club,
- Le protocole sanitaire du club, et m'engage à observer les procédures qui y sont indiquées.
- Les règlements intérieurs et tous protocoles sanitaires des équipements mis à la disposition du Club,
- Tous les changements qui pourront intervenir durant la saison pour satisfaire à l'évolution de la situation sanitaire.

Je m'engage à prévenir le club de toute suspicion de maladie contagieuse (Covid-19, Coqueluche) me concernant, ou concernant mon entourage proche

De même, je suis informé que le Club a souscrit un contrat d'assurance auprès de la compagnie La MAIF ; que les membres sont considérés comme des tiers entre eux et que tous les entraînements, sauf le vélo, sont bien couverts par ce contrat.

En ce qui concerne les garanties, je suis informé également que je peux souscrire, à ma charge, à la garantie corporelle renforcée des adhérents des clubs sportifs permettant d'accéder à un degré d'assurance supplémentaire auprès de cette même compagnie.

Lu et approuvé,

Date

Signature

CONTRAT D'OBJECTIFS - SAISON 2024 / 2025

L'adhésion au cours d'Aquaphobie implique pour l'adhérent une volonté de progresser face à son appréhension de l'eau.

Par conséquent, le club, par le biais du maître nageur, lui proposera d'atteindre un certain nombre d'objectifs au terme des 12 séances.

Objectifs à atteindre :

- Savoir rester immobile sur le ventre (étoile pendant au moins 5 secondes),
- Savoir rester immobile sur le dos pendant au moins 5 secondes
- Savoir rester au fond de l'échelle grande profondeur 20 secondes et de laisser remonter sans bouger
- Savoir nager la largeur du petit bain grande profondeur sans mettre les pieds à terre
- Savoir traverser la largeur avec une planche en soufflant dans l'eau

Lu et approuvé,

Date

L'adhérent

Le club

CLUB MONS TRIATHLON

www.mons-triathlon.fr

REGLEMENT DU CLUB

- Chaque membre du club de Mons Triathlon s'engage à rendre service au club : Organisation de courses à pieds, autres....
- Chaque triathlète s'engage à participer à la compétition à laquelle le club l'a inscrit, sinon il rembourse au club les frais d'inscription (sauf avis médical ou autre raison valable).
- Toutes les primes individuelles gagnées par les compétiteurs, lors d'épreuves, restent acquises à l'athlète bénéficiaire. Les primes obtenues par équipe sont à partager à parts égales entre les membres de l'équipe, quel que soit l'ordre d'arrivée.
- Une date de clôture sera prévue pour chaque inscription et toute personne ne confirmant pas son inscription, en rendant le bulletin de l'épreuve, ne sera pas pris en compte par la section.
- Uniquement pour la course à pied, tout nouveau membre peut bénéficier d'une séance d'essai à l'issue de laquelle le conseil se prononce pour son éventuelle adhésion (le certificat médical est obligatoire pour la séance d'essai).
- L'adhésion au club de Mons Triathlon court de la rentrée de Septembre à fin juin et est renouvelable chaque année.
- L'adhésion au club **est soumise, selon le cas de chacun et la réponse au questionnaire**, à la présentation d'un certificat médical **de moins de 6 mois, ou de moins de 3 ans**.
- Pour adhérer, il faut être agréé par le Bureau de l'association.
- Il n'est pas obligatoire d'acquérir la licence F.F.Tri de Triathlon.
- Le choix des compétitions hors championnats, où le Club engagera des membres, se fera par vote des membres. Seules les personnes ayant pris leurs cotisations Triathlon auront leurs frais d'inscription pris en charge par le Club.
- Est considéré comme adhérent du club toute personne ayant :
 - rempli et signé un dossier d'inscription,
 - signé la lettre de décharge,
 - payé sa cotisation,
 - **répondu au questionnaire de santé et /ou fourni un certificat médical,**
 - été agréé par le Bureau de l'association.
- Chaque adhérent participant aux activités du Club Mons-Triathlon devra respecter :
 - Le protocole sanitaire du club, et s'engage à observer les procédures qui y sont indiquées
 - Le protocole sanitaire de la piscine ainsi que son règlement intérieur ;
 - Tous les changements qui pourront intervenir durant la saison pour satisfaire à l'évolution de la situation sanitaire.

Les horaires de natation s'entendent "sortie de bassin". Cependant, et pour des questions d'assurance de personnel, il est à noter que l'horaire "sortie de piscine (bâtiment)" ne doit pas déborder de plus de 15 min de l'horaire "sortie de bassin".

L'association est régie par la loi de 1901 ; il existe donc un Bureau de l'association avec son Président, son Secrétaire interne, son Secrétaire externe et son Trésorier. Une Assemblée Générale a lieu chaque année. Chaque membre est invité à participer à l'assemblée de l'association.

BONNE SAISON A TOUS.