

FICHE D'INSCRIPTION SAISON 2019-2020

Pour recevoir notre new-letter, vous inscrire directement sur notre site.

RENTREE LE LUNDI 09 SEPTEMBRE 2019

Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	Date de fin de validité du certificat médical, validité 3 ans : (date inscrite sur carte adhérent jaune 2018-2019)
Adresse postale :	
Téléphone :	E.MAIL :
Pour les mineurs Noms et adresse du représentant légal :	

Votre cotisation :

Cotisation de base gymnastique, licence et assurance de la Fédération	90,00 €	
Acti'March'Santé exclusivement avec l'accord de votre médecin sur attestation médicale. Vous pouvez vous inscrire au cours de sophrologie ou yoga (voir tarif ci-dessous - horaire et lieu au recto de cette fiche inscription)	70,00 €	
Réduction – 18 ans au 01/09/2019 joindre photocopie carte identité	-15,00 €	
Réduction – 25 ans au 01/09/2019 joindre photocopie carte identité	-10,00 €	
Gym. 3 Pommes 3 à 5 ans, joindre copie du livret de famille ou de la carte d'identité	-15,00 €	
Sous-total :		€
Assurance complémentaire I.A sport+	12,00 €	
Entretien musculaire et cardio.	45,00 €	
Natation /gym. aquatique	45,00 €	
Randonnées pédestres	45,00 €	
Acti'March'	45,00 €	
Marche nordique	45,00 €	
Sophrologie	45,00 €	
Yoga	45,00 €	
Total :		€

Un reçu vous est-il nécessaire ?	
----------------------------------	--

Documents à joindre obligatoirement :

- Pour les nouveaux :** un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la gymnastique de moins de **3 MOIS**.
- Pour les anciens :** cette rentrée **2020, RENOUELLER OBLIGATOIREMENT** votre certificat médical si celui-ci expire avant le **31 juillet 2020, remplir obligatoirement l'auto-questionnaire de santé au verso de cette fiche.**
- Pour l'entretien cardio-musculaire :** un **certificat médical de moins de 3 mois avec la mention** « de non contre-indication à la pratique de la musculation aux appareils ».
- Deux enveloppes timbrées à votre nom et votre adresse.
- Une photo d'identité récente.
- Un chèque du montant global de votre cotisation. Chèques vacances et coupons sport acceptés. Encaissement des chèques à partir de fin septembre.

Aucune inscription ne peut être prise si le dossier n'est pas complet.**Aucun remboursement ne peut être effectué après la date de démarrage des activités.**

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'association qui est à la disposition de tous les adhérents et notamment de l'article 3.6 affiché. J'autorise l'association à publier des photos me représentant lors de ses activités. La G.V. ne publiera aucune photo portant atteinte à la moralité des personnes.

Date et signature : pour les mineurs : le représentant légal.	Réservé au bureau, dossier traité : le : par :
--	--

Lorsque ces activités sont limitées en nombre de participants, les 20 premiers choisissent leur horaire, les suivants seront répartis en fonction des disponibilités de l'animateur ou de l'animatrice.

VEUILLEZ INDIQUER VOTRE CHOIX POUR LA CESSION EN COCHANT LA CASE CHOISIE, 30 SEANCES HORAIRES A L'ANNEE.

Nature de l'activité	Lieux	Horaires proposés	Choix retenu
Randonnées pédestres.	LIEU A	Tous les mardis pour 1 journée ou ½ journée de marche	
Natation et gym aquatique. (1 horaire au choix). Entrée piscine à votre charge.	LIEU B	Lundi de 11h15 à 12h00	
		Mardi de 16h15 à 17h00	
		Jeudi de 11h15 à 12h00	
Entretien cardio-musculaire. (1 horaire au choix). Certificat médical spécifique obligatoire.	LIEU C	Mardi de 9h00 à 10h30	
		Vendredi de 9h00 à 10h30	
		Vendredi de 19h00 à 20h30	
Acti'March' (1 horaire au choix). Marche nordique, aux mêmes heures. (1 horaire au choix). avec Nathalie Siomsi.	LIEU D	Mardi de 10h30 à 11h45	
		Mercredi de 10h45 à 12h00	
		Jeudi de 14h45 à 16h00	
Marche nordique préparation physique générale Stéphanie Carpentier.	LIEU D	Lundi de 18h00 à 19h30.	
Acti'March' et marche santé. - Élisabeth Seurot.	LIEU D	Mercredi de 13h45 à 15h00	
Sophrologie (1 horaire au choix). avec Véronique François. 20 personnes maxi par groupe.	LIEU E	Lundi de 18h00 à 19h15	
		Lundi de 19h30 à 20h45	
Yoga (1 horaire au choix). avec Élisabeth Seurot. 20 personnes maxi par groupe.	LIEU E	Mercredi de 15h15 à 16h30	
		Mercredi de 16h45 à 18h00	
		Mercredi de 18h15 à 19h30	
Yoga avec Nathalie Siomsi. 20 personnes maxi par groupe.	LIEU G	Jeudi de 16h30 à 18h00	
Gymnastique :	LIEU F OU G	Accès libre à toutes les séances en fonction du planning des cours.	
Gym. 3 pommes de 3 à 5 ans.	LIEU G	Mercredi de 10h30 à 11h30	

LIEU A	RDV fixé en fonction du lieu de la randonnée, co-voiturage possible.
LIEU B	Piscine municipale Aqualac avenue Daniel Rops, 73100 Aix les Bains.
LIEU C	S.M.P.P. 62 bd Pierpon Morgan, 73100 Aix les Bains.
LIEU D	Hippodrome à Marlioz RDV sur le parking au bout de l'allée Pierre Favre, 73100 Aix les Bains se munir d'un cardio-fréquences mètre.
LIEU E	Préau fermé et chauffé, parking de l'école Choudy 78 bd Pierpon Morgan, 73100 Aix les Bains.
LIEU F	Salle Jean Rubaud, 6 rue Vaugelas, 73100 Aix les Bains.
LIEU G	Salle aux Thermes, face à l'arc de Campanus, place M. Mollard, 73100 Aix les Bains.

AUTO-QUESTIONNAIRE DE SANTE SI VOTRE CERTIFICAT MEDICAL EST EN COURS.

Cet auto-questionnaire, dont les résultats sont transmis à la fédération et dont **une seule réponse positive doit donner lieu à la production d'un nouveau certificat médical,**

QUESTIONS : DURANT LES 12 DERNIERS MOIS	OUI	NON
Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?		
Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?		
Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?		
Avez-vous eu une perte de connaissance ?		
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 ?		
Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?		
A CE JOUR : 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 ?		
A CE JOUR : Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?		
A CE JOUR : Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?		

NB. Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié. L'arrêté ministériel précise ainsi : Si vous avez répondu NON à toutes les questions : l'ancien certificat médical reste valable pendant 3 ans, à compter de sa date d'établissement. Vous attestez avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence. **Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions vous devez fournir un nouveau certificat médical.**

J'atteste les réponses ci-dessus vraies et véritables,

Aix-les-Bains le NOM & Prénom du licencié Signature :