

EUTONIE – RELAXATION Femmes et Hommes

Vous avez choisi l'Union Gymnique pour pratiquer une activité gym détente bien – être.

Nous sommes affiliés à la FEDERATION SPORTIVE et CULTURELLE de France.

Nous intégrons son programme santé dans nos entraînements et avons signé la charte Atout Form + ainsi qu'une convention avec l'ARS Bourgogne – Franche-Comté.

Une prescription médicale « réseau sport santé » est nécessaire pour l'inscription. Voir formulaire ci –joint.

⇒ 1 entraînement par semaine

Jours d'entraînement	Horaires	Lieu	Tarif
Jeudi	16H 30 à 17h30	Salle APA Espace Santé Avenue Georges Pompidou - DOLE	130 € *

* Pas de droits d'adhésion au club

⇒ Coordonnées du responsable

Nom	Tél portable	Courriel
Dominique BAGNARD	06.84.22.11.95	bagnarddominique@gmail.com

REGLEMENT INTERIEUR

Vous avez choisi l'Union Gymnique pour que votre enfant pratique une activité sportive, nous vous en remercions. Aucune sélection n'est nécessaire pour faire partie de notre club.

C'est une volonté de la FEDERATION SPORTIVE et CULTURELLE de FRANCE, à laquelle nous sommes affiliés.

Un calendrier des compétitions vous sera communiqué courant novembre. Ainsi, vous pourrez déjà réserver ces dates de compétitions dont la participation est obligatoire pour tous les gymnastes.

En échange de cela, nous vous demandons de respecter scrupuleusement le règlement.

Article 1:

L'âge d'admission minimum au club est de **deux ans** avant le 30 avril de l'année en cours.

Article 2 :

Les adhérents ne seront pas admis aux entraînements si leurs dossiers ne sont **pas complets**.

En cas de non-respect de cette instruction, l'assurance du club ne **couvrira pas les éventuels accidents**.

Article 3 :

Les horaires d'entraînements doivent être respectés scrupuleusement (début et fin d'horaire). En dehors de ces heures, l'encadrement n'est pas tenu pour responsable. Les parents doivent s'assurer qu'un membre de l'encadrement soit présent dans la salle avant de laisser un enfant à l'entraînement. Les enfants étant sous la responsabilité de leur moniteur, les parents sont priés de quitter le gymnase pendant l'entraînement.

Les parents ou une personne majeure sont tenus de venir chercher leur enfant à la porte du gymnase. Les absences doivent être justifiées par téléphone ou par mail, par les parents au responsable de section. Il en va de même pour les compétitions.

Le chèque de caution « assiduité » demandé lors de l'inscription vous sera restitué en fin de saison si les entraînements et les compétitions sont respectés avec assiduité et si la grille de tombola nous est retournée dans les délais. Sinon il sera encaissé par le club. Dans les deux cas, la décision est soumise au comité, élargie aux monitrices et moniteurs concernés.

Article 4 :

La participation aux compétitions est obligatoire. Toute absence doit être justifiée par un motif valable.

Lors des compétitions, les gymnastes doivent assister au palmarès. Si un gymnaste est absent, il sera alors disqualifié et n'obtiendra aucune récompense.

Article 5 :

Tenue pour les entraînements : pour toutes les sections tenue sportive (tee – shirt, short ou legging).

Attention: Pour les filles et les garçons, lors des entraînements, les vêtements comportant des parties métalliques, ainsi que montres, bracelets, pendentifs, bagues, piercings, téléphones portables sont interdits.

Tenue pour les compétitions :

- pour les sections jeunes et aînées, le justaucorps est vendu par le club.
- pour les poussines et les garçons, la tenue est prêtée par le club contre 1 chèque de caution détruit en fin de saison si le vêtement est rendu en bon état.
- pour les sections jeunes, aînée et pupilles une veste est prêtée contre une caution détruite en fin de saison si le vêtement est rendu en bon état.

La discipline exigée consiste à : l'obéissance, le respect et la confiance envers les membres de l'encadrement, le respect des locaux et du matériel mis à notre disposition.

Article 6 :

Le montant de la cotisation couvre les frais de licence, d'assurance, de gestion ainsi que les frais d'engagements pour chaque concours.

L'assurance est une complémentaire aux assurances sociales et aux mutuelles, elle n'interviendra qu'après les remboursements de votre propre couverture et dans certaines limites fixées par le contrat.

Article 7 :

La cotisation se décompose en deux termes, une cotisation famille et une cotisation discipline. La cotisation famille est à régler une seule fois par foyer.

Article 8 : Le règlement est possible par chèques vacances ou coupons sport avant le 30 octobre. Après cette date, ceux –ci seront acceptés mais il vous sera demandé les frais de gestion facturés par l'ANCV.

Article 9 : si vous décidez d'arrêter l'activité en cours d'année avant le 15 octobre, vous serez remboursé en déduisant le montant de la licence. Après cette date, aucun remboursement ne sera fait.

⇒ **DOCUMENTS A FOURNIR POUR L'INSCRIPTION**

PAR ADULTE « eutonie et relaxation »	
coordonnées et autorisations	page N°4 à compléter
certificat médical	il est demandé de faire compléter par votre médecin le certificat médical ci – dessous du réseau sport santé page n° 5
règlement de l'activité	<p><u>L'ARS prend en charge :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 50% du montant la 1ère année - 30% la 2ème année - 10% la troisième année. <p><u>L'adhérent règle au club:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 65€ la 1ère année - 91€ la 2ème année - 117€ la troisième année.

⇒ **L'inscription ne sera effective qu'avec un dossier complet accompagné du règlement total de l'adhésion même en cas de période d'essai**

.Les dossiers incomplets ne seront pas acceptés

⇒ **COORDONNEES DE LA PERSONNE A LICENCIER (eutonie et relaxation) :**

Nom	Prénom	Date de naissance	Section	Sexe

Adresse		CP	Ville
N° tél fixe	N° tél portable	Courriel (écrit en majuscules)	

⇒ **AUTORISATIONS – ACCEPTATION DU REGLEMENT INTERIEUR**

Je soussigné (e)

⇒ Autorise le club à me prendre en photo au cours des entraînements ou des différentes manifestations sportives .

⇒ Certifie avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'UGD en page 2 et m'engage à le respecter.

Fait àle/...../ 2025.

Signature:.....

Certificat médical

de non contre-indication et de prescription pour la pratique d'une activité physique et/ou sportive adaptée, régulière, sécurisante et progressive.

Je soussigné(e).....
 docteur en médecine exerçant à.....
 certifie avoir examiné ce jour Mr, Mme,.....
 né(e) le.....
 et ne pas avoir constaté de signes cliniques apparents,
 contre-indiquant la pratique physique et/ou sportive dans les disciplines
 souhaitées.....

LIMITATIONS FONCTIONNELLES DU PATIENT (champs obligatoire) :

Aucune Légères Modérées Sévères

RECOMMANDATIONS MÉDICALES à l'attention des éducateurs sportifs (champs obligatoires) :

- MOUVEMENTS LIMITÉS EN

Amplitude Vitesse Charge Posture

- EFFORTS LIMITÉS SUR LE PLAN

Musculaire Cardio-vasculaire Respiratoire

- CAPACITÉS À L'EFFORT LIMITÉES EN

Endurance (longue et peu intense) Résistance Vitesse (brève et intense)

- CAPACITÉS INCOMPATIBLES AVEC

Un travail en hauteur Le milieu aquatique Des conditions atmosphériques particulières
 (préciser)

Autres PRÉCAUTIONS et/ou PRÉCONISATIONS dans les activités physiques pratiquées :

.....

CERTIFICAT établi à la demande de l'intéressé(e) et remis en main propre pour faire valoir ce que de droit.
 Valable pour une année à compter de ce jour.

Cachet du médecin (obligatoire)

Fait à le.....

Signature du médecin



Contact pour débiter votre activité physique adaptée :
 Réseau sport-santé – 03.81.48.36.52 - contact@rssbfc.fr