



Association la Blaignanaise

Marche – Gymnastique volontaire

Bulletin d'adhésion

Nom : Prénom :

Date de naissance : / / Lieu de naissance :

Tel fixe : Et/ou tel portable :

Adresse postale :

Code postal : Commune :

Adresse mail (obligatoire) :@.....

Personne à contacter en cas d'accident :

Nom et lien de parenté : Tel :

Cotisation annuelle :

Tarifs pour l'année : Comprenant 5€ d'adhésion

Marche : 15€

Gym matin : 1 cours d'1 h : 90€ - 2 cours (1h +1h30) : 145€
1 cours d'1 h30 : 95€

Gym soir : 1 cours d'1h : 90€ - 2 cours (1 h + 1h) : 140€

Tarif -16 ans : 1 cours : 60 € - 2 cours : 120€

	mercredi	Dimanche	Lundi soir	Mardi matin	Jeudi soir	Vendredi matin
Marche adulte						
GYM adulte						
GYM - 16 ans						

Mode de règlement : Chèque (à l'ordre de l'association La Blaignanaise) Espèces

Pour la gymnastique, le certificat médical est obligatoire pour les nouveaux inscrits (valable 3 ans).

Je déclare par la présente devenir membre de l'Association La Blaignanaise. Je déclare donc reconnaître l'objet de l'Association et en accepter le règlement intérieur (au verso). J'ai pris connaissance des droits et devoirs des membres de l'association et accepte de verser ma cotisation pour l'année en cours.

Fait à :

le :

Signature

REGLEMENT INTERIEUR ASSOCIATION LA BLAIGNANAISE

Ce règlement complète les statuts de l'association, il ne saurait s'y substituer, il est établi par le conseil d'administration selon l'article 14 des statuts. Son intérêt est de préciser des points spécifiques, non développés dans les statuts, liés aux activités pratiquées au sein de l'association, aux droits et devoirs de ses membres et au fonctionnement interne de l'association.

Article 1 – Ce règlement s'impose à tous les membres de l'association qui doivent en prendre connaissance.

Article 2 - L'esprit randonnée.

La randonnée pratiquée dans le cadre de notre association est une activité de loisir sans esprit de compétition, destinée à la pratique d'une activité physique à la portée de l'ensemble des participants et à la découverte de la nature et du patrimoine.

La pratique de la randonnée s'appuie sur des principes, des objectifs, des valeurs comme :

- le bénévolat.
- l'intégration des nouveaux participants.
- l'amitié, la convivialité, la solidarité, la courtoisie, le plaisir d'être ensemble.

La règle de base pour la pratique de la randonnée est le respect :

- de tous, et en particulier des organisateurs et de tous les participants.
- de la nature et des biens privés ou publics.

Article 3 – Randonnées proposées :

• Le dimanche : randonnée à marche normale sur une distance de 8 à 10 km avec un départ du stade de Blaignan à 9 h (8h30 en période estivale). Afin de varier les circuits, le dernier dimanche du mois le départ a lieu sur une commune proche extérieure, éventuellement.

Article 4 – Gymnastique :

4 cours sont proposés :

Les matins :

- le mardi : 1 Cours de Gymnastique volontaire (1h), suivi d'une séance de stretching de 30 mn
- le vendredi : 1 cours de Pilâtes (1h).

} Les horaires seront communiqués ultérieurement

Les Après-midi :

- Lundi de 18h30 à 19h30 : Cours de Gymnastique volontaire
- Jeudi de 18h30 à 19h30 : Cours de Pilâtes.

Les cours sont pratiqués dans les locaux de la salle des fêtes de Blaignan-Prignac. Les utilisateurs de ces locaux sont tenus de respecter la propreté des lieux et restent en outre seuls responsables de leurs effets personnels.

Matériel :

l'association met à la disposition de ses adhérents un matériel spécifique. L'achat de ce matériel est financé par les cotisations des membres. Les membres utilisent ledit matériel à bon escient et chaque membre s'engage à respecter les consignes d'utilisation données par les animateurs et à le restituer à la fin de chaque séance, en bon état. Ce matériel est stocké dans les locaux mis à disposition par la Mairie.

En cas d'absence temporaire des animatrices, l'association s'efforcera de rechercher une solution de remplacement.

En cas d'abandon définitif d'un adhérent, le remboursement n'est pas prévu par le règlement toutefois et à titre exceptionnel la décision d'un remboursement au prorata des cours effectués pourra être prise par le Conseil d'Administration.

Article 5 - Participants :

Les activités organisées sous la responsabilité de l'association sont ouvertes aux adhérents, à jour de la cotisation dont le montant est fixé par le conseil d'administration, qui ont justifié de leur aptitude physique à pratiquer les activités proposées et qui se sont notamment engagés à respecter le présent règlement.

En matière d'équipement :

- Pour la randonnée, il est conseillé de disposer d'un équipement conforme aux conditions climatiques et géographiques (eau, petit en-cas éventuel, bonnes chaussures, équipement contre la pluie, le froid, le soleil....)
- Pour la gymnastique, se munir d'une tenue adaptée aux exercices proposés.

Les enfants mineurs peuvent également adhérer à condition d'être accompagnés de leurs parents ou d'un représentant légal.

Avant d'adhérer, il est permis à toute personne qui en fait la demande de participer à deux randonnées ou 2 cours d'essai. Lors de ces participations, les intéressés sont couverts par leur assurance personnelle.

Au cours de nos sorties de randonnées, par sécurité, nos amis les chiens ne sont pas admis ou à titre exceptionnel et sous l'entière responsabilité de leur propriétaire.

Article 6 – Se rendre sur le lieu de la randonnée :

Individuellement ou par covoiturage laissé à la libre organisation des intéressés.

Le covoiturage est sous l'entière responsabilité du chauffeur et des personnes transportées.

Article 7 : Assurance

Chaque adhérent ayant acquitté sa cotisation est couvert par l'assurance collective de l'association souscrite auprès de la GMF.

Pour couvrir les risques l'association a souscrit, ce que nous impose d'ailleurs la loi, un contrat d'assurance couvrant en responsabilité civile l'association en tant que personne morale, son président, ses animateurs et tous les participants.

L'association a également prévu une couverture individuelle « dégâts corporels » pour les participants

Article 8 – Organisation des Randonnées :

Un groupe WhatsApp a été mis en place pour indiquer le lieu de RV et pour préciser toute modification de dernière minute, par exemple en cas d'intempérie. Les absences peuvent également être signalées afin de ne pas retarder les départs. Pour les randonnées exceptionnelles (journées, séjours) des informations complémentaires sont données ponctuellement aux participants.

Tout membre ayant des projets de circuits à proposer peut les faire connaître.

Article 9 – Chaque randonneur est tenu :

- De se conformer aux consignes de l'animateur,
 - De ne pas quitter le groupe. Dans le cas contraire la responsabilité de l'animateur et celle de l'Association est déchargée, ceci devant témoins et le(s) randonneur(s) est (sont) en situation d'exclusion de la randonnée.
 - De respecter le code de la route :
- en agglomération d'utiliser s'ils existent les accotements et trottoirs,
 - sur route hors agglomération il peut marcher soit à droite ou soit à gauche selon la visibilité :
 - à gauche, tout le groupe est en file indienne,
 - à droite, on peut marcher côte à côte, sans dépasser l'axe médian, mais l'empiètement du groupe ne doit pas dépasser 20 m de longueur. Si le groupe est plus important il sera divisé en sous-groupes de 20 m maximum séparés d'au moins 50 m pour permettre aux véhicules de dépasser.

Dans tous les cas **le groupe circule du même côté** en faisant preuve de bon sens et se plaçant toujours là où le risque est le moins important.

Avant la traversée d'une route, le groupe doit SE REGROUPER.

Sur la consigne de l'animateur le groupe s'étire sur le bord et traverse à son **SIGNAL** et **ENSEMBLE** la chaussée.

Un animateur comme un randonneur n'est pas habilité à arrêter la circulation. Il doit :

- Signaler tout arrêt.
- Respecter la flore et la faune.
- Refermer les clôtures après son passage.
- Respecter la propriété d'autrui.
- Ne laisser aucun détritus sur son passage

Si un randonneur est amené à s'éclipser momentanément, il dépose sac et bâtons sur le bord du chemin. Un regroupement doit avoir lieu à chaque bifurcation.

Article 10 – Il est rappelé aux adhérents que le non-respect des consignes de sécurité engage la responsabilité de l'association en cas d'accident.

Article 11 – Tout manquement à l'un des articles du RI, peut entraîner l'exclusion de l'adhérent.

Article 12 - Sur proposition de la majorité des membres du Conseil d'Administration le règlement intérieur peut être modifié par le bureau. Il sera présenté ensuite à la prochaine Assemblée Générale pour validation.

Le présent règlement a été approuvé par l'assemblée constitutive

La médisance ou la mauvaise humeur lors des activités de l'Association ne seront pas tolérées, le Conseil d'Administration estimant que ces comportements sont contraires aux valeurs portées par l'Association la Blaignanaise et qu'ils peuvent nuire à l'atmosphère conviviale souhaitée par l'ensemble des adhérents.

Fait à Le : Signature :