Adhérent :

NOM :

Prénom :

Sexe : F M Date de naissance :

 Adresse :

Portable : Email :

En cas de mutation, nom de l'ancien club :

N° de licence FFA :

 Contact en cas d’urgence :

Nom :

Portable :

Code postal Ville :

L’adresse mail est obligatoire pour obtenir une licence. J’autorise l’association à utiliser mon adresse mail pour les communications internes : Oui Non 

Je souhaite que mes coordonnées (adresse mail, n° de téléphone, et adresse postale) ne soient visibles que de l’association : Oui Non 

 Il est conseillé aux adhérents de souscrire une assurance dite individuelle corporelle, qui couvre les dépenses résultant de dommages corporels qu’ils pourraient s’infliger à eux-mêmes dans la pratique du sport, sans intervention d’un tiers. (Article L. 321-4 du Code du Sport) :

 - vous pouvez renoncer à cette assurance parce que vous êtes déjà couvert par votre multirisque habitation.

 - vous pouvez remplacer l’assurance de base par une assurance plus couvrante, mais plus chère, surcoût à votre charge : <https://www.athle.fr/pdf/docffa/notice_accident_2019-2020.pdf> Pour ces assurances, un second règlement de 15 ou 27€ est à faire directement à la FFA et à joindre au bulletin d'adhésion : <https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/pdf/docffa/BulletinLICENCE.pdf>

Tarif d’adhésion License loisir : 75 € inclus licence[[1]](#footnote-0) et assurance FFA de base.

Option PPG-Préparation physique : + 10 €

Tarif d’adhésion License compétition : 116 € inclus licence et assurance FFA de base.

Besoin d’une facture : Oui Non 

Règlement :

 - par virement, avec l’IBAN : **FR38 2004 1010 1708 3489 5C02 848**. Merci d’indiquer dans les références/commentaires : « **Adhésion\_Votre\_prénom\_Votre\_NOM** ».

 - par chèque, à établir à l’ordre de **Grésicourant Le Versoud**.

Avec la prise de licence, un certificat médical attestant l’absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition et datant de moins de 1 an à la date de la prise de licence devra obligatoirement être fourni. (Application des articles L. 231-2 et L. 231-3 du Code du Sport). Il reste valable 3 ans.

L'inscription vaut acceptation du règlement intérieur et de la charte COVID disponibles sur [gresicourant.fr](http://gresicourant.fr/). (Le règlement intérieur est le contrat que vous passez avec le club en adhérant)

Date et signature (des parents pour les mineurs) :

**Séances proposées :**

| **Lundi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Samedi**  |
| --- | --- | --- | --- |
| **18h-19h : Prépa.physique**, **renforcement musculaire** **Lieu** : Salle Polyvalente(salle dance)**Resp.** : Alexandra | **19h-20h15 : fractionné sur piste**travail de vitesse.**Lieu** : Stade Bergès**Resp.** : Philippe  | **18h30-20h00 : Préparation trail** **Lieu** : départ Stade Bergès ou extérieur**Resp.** : Alexandra | **9h00 :** Sortie plaine et/ou côtes de 8 à 25 km Nécessité d’avoir le niveau requis par l’organisateur de la sortie**Lieu** : départ du Versoud ou ailleurs |
| **19h-20h : seuil sur piste**Efforts longs de 4 à 20’**Lieu** : Stade Bergès**Resp.** : Philippe |

Responsable de l’ensemble des entraînements : Alexandra

**Dates clés de la saison :**

* Samedi 4 septembre 2021 : Forum des Associations (09h00-13h00 MEIJE)
* Mercredi 15 septembre 2021 : Reprise des entraînements au stade
* Lundi 04 octobre 2021 : Reprise des séances PPG
* Samedi 4 décembre 2021 : Téléthon – ½ KV
* Début janvier 2022 : Galette des rois Grésicourant
* Dimanche 20 mars 2022 : Crapahut des Bédouins organisé par le club
* Dimanche 18 juin 2022 : Courses Grésicourant organisées par le club
* Fin juin 2022 : Assemblée générale

Pour les détails de ces évènements et tout ce qui concerne la vie du club, rendez-vous sur :

<http://gresicourant.fr/>

Vous y trouverez :

* Des forums de discussion
* Le calendrier des courses auxquelles participent les coureurs du club
* Les résultats du Grési’Challenge
* Le trombinoscope (merci d’envoyer une photo d’identité à gresicourant@gmail.com)

Bonne saison 2021 – 2022 !

**Conditions** un certificat médical d’absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l’Athlétisme en compétition pour les Licences Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Découverte (à partir de la catégorie Eveil Athlétique) et Athlé option Running. Ce certificat médical, établi par un médecin de leur choix, doit être délivré suivant la réglementation en vigueur et être daté de moins de 1 an au moment de la prise de Licence sur le SI-FFA.

Première Licence : Un Club n'est autorisé à établir une Licence qu'après acceptation de l'intéressé ou de son représentant légal, matérialisée par un formulaire signé de demande d'adhésion au Club accompagné d’un certificat médical (à l’exclusion des licenciés Encadrement).

Renouvellement d'une Licence : Un Club n'est autorisé à renouveler une Licence qu'après acceptation de l'intéressé matérialisée par un formulaire signé de renouvellement d’adhésion et par la production d’un certificat médical (à l’exclusion des licenciés Encadrement) ou, le cas échéant, en remplissant le questionnaire de santé.

1. La licence proposée est la licence **Athlé Running**. Elle dispense de présenter un certificat médical au départ des cross, des courses sur route, des courses en montagne et des courses nature (Hors championnats FFA et compétitions sur piste auxquels elle ne donne pas accès). Valable du 01/09/2021 au 31/08/2022. Autre licence nous consulter. [↑](#footnote-ref-0)