



FICHE D'INSCRIPTION - MAYENNE - Saison 2019/2020

Adhésion à L'EA Nord-Mayenne - section CA Mayennais Athlé - Licence Loisir

Renouvellement : n° de licence _____ ou Nouvelle Adhésion :

Nom : _____ Prénom : _____

Né(e) le : _____ Sexe : H ou F

Adresse : _____

Code Postal : _____ Ville : _____

Téléphone fixe : _____ Téléphone Portable : _____

Adresse Email (obligatoire) : _____ Nationalité : _____

Licence choisie : Athlé Running (ou Marche Nordique Compétition) Athlé Santé

Certificat médical (de moins de 6 mois) :

- pour les licences ATHLE RUNNING le soussigné certifie avoir produit un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition datant de moins de six mois à la date de prise de la licence
- pour les licences ATHLE SANTE le soussigné certifie avoir produit un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport santé datant de moins de six mois à la date de prise de la licence
- dans le cadre d'un RENOUELEMENT de licence et dans les conditions prévues par le code du sport le soussigné peut attester avoir rempli le questionnaire de santé (daté et signé) et de se voir dispenser un nouveau certificat médical

Tarifs 2019/2020 :

- | | | | |
|---|---|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> individuel à l'année | <input type="checkbox"/> couple à l'année | <input type="checkbox"/> au trimestre | <input type="checkbox"/> à la séance |
| <input type="checkbox"/> 120 € pour 1 activité | <input type="checkbox"/> 212 € pour 1 activité | <input type="checkbox"/> 56 € pour 1 activité | 40 € adhésion |
| <input type="checkbox"/> 138 € pour 2 activités | <input type="checkbox"/> 230 € pour 2 activités | <input type="checkbox"/> 71 € pour 2 activités | + 5 € par séance |
| <input type="checkbox"/> 153 € pour 3 activités | <input type="checkbox"/> 252 € pour 3 activités | <input type="checkbox"/> 76 € pour 3 activités | |

Paiement de la cotisation : par chèque à l'ordre du CAM Athlétisme ou espèces ou autre moyen de paiement (Coupons Sports ou Chèques-Vacances). Possibilité de remettre plusieurs chèques pour encaissement échelonné.

Demande de facture : je souhaite avoir une facture OUI NON

Joindre une photo d'identité : pour les nouveaux adhérents

Droit à l'image J'accepte la diffusion de photos ou images vidéo sur le site internet du club les albums photos, lors des soirées du club etc OUI NON

Assurance FFA : J'accepte l'assurance Individuelle Accident et Assistance proposée par la FFA (MAIF), couvrant les dommages corporels auxquels peut exposer la pratique de l'athlétisme loisir et déclare avoir pris connaissance des garanties optionnelles complémentaires reçues avec la licence.

Loi Informatique et libertés : Le soussigné est informé du fait que des données à caractère personnel seront collectées et traitées informatiquement par le club et la fédération et qu'il dispose d'un droit d'accès et de rectification aux informations portées sur sa fiche individuelle

Le soussigné s'engage à respecter les statuts et règlements de la FFA.

Date :

Signature :



CHOIX des activités et créneaux CA MAYENNE 2019/2020

Nom :

Prénom :

Formule Bien-être/Détente (1 à 2 activités)

Formule Santé (1 à 2 activités)

Marche nordique (choisir 2 à 3 créneaux maximum sur des journées différentes)

- lundi 10h45-12h (6km avec Chantal)
- lundi 19h30-20h45 (6km avec Pascale)
- mardi 9h30-10h45 (**LASSAY**)
- mardi 19h30-20h45 (**MARTIGNE**)
- jeudi 10h45-12h (6km avec Chantal)

Les sorties de 2h :

- jeudi 9h-12h30 (10 à 12km avec Daniel)
- samedi 9h-12h30 (3 sorties/mois avec Christian et/ou Chantal)

Remise en Forme (choisir un seul créneau)

- mardi 21h-22h vendredi 9h15-10h15
- vendredi 10h30-11h30 vendredi 14h-15h

Marche nordique santé

(choisir 2 créneaux maximum sur des journées différentes)

- lundi 9h30-10h30 (2 groupes)
(4km ou 5km avec Florence ou Chantal)
- jeudi 9h30-10h30 (2 groupes)
(4km ou 5km avec Florence ou Chantal)

Remise en Forme santé

- vendredi 15h-16h

Formule Tonique (1, 2 ou 3 activités)

Marche Nordique (choisir 2 à 3 créneaux max sur des journées différentes)

- lundi 10h45-12h (7km avec Daniel)
- lundi 10h45-12h (6,5 à 7km avec Florence)
- lundi 19h30-20h45 (7km avec Christian)
- jeudi 10h45-12h (6,5 à 7km avec Florence)

Les sorties de 2 :

- jeudi 8h30 à 12h ou 9h-12h30 selon les saisons (10 à 12km avec Daniel)
- samedi 8h30 à 12h ou 9h-12h30 (3 sorties/mois avec Christian ou Chantal) (10 à 12km)

Nordic Fit (Marche Nordique, renforcement musculaire et cardio en musique)

- lundi 14h-15h15 (avec Florence)
- lundi 19h30-20h45 (avec Florence)

Condition physique/Remise en Forme

- mardi 20h-21h (avec Florence) ou mardi 21h-22h (avec Florence)

Running (1 seul créneau/semaine) (avec Florence)

- mercredi 9h30-11h (niveau débutant à expert) ou jeudi 18h15-19h20 (niveau confirmé à expert) ou une fois sur deux (en raison de mon emploi du temps)