



RUNNING CLUB STEPHANAIS 76

Piscine Municipale - Centre Youri Gagarine
76800 SAINT ETIENNE DU ROUVRAY
Running-club-stephanais-76.over-blog.fr

REGLEMENT 2023 - 2024

A - Principes généraux

1 - Certificat médical :

La remise d'un **certificat médical** de moins d'un an de *non contre-indication* à la pratique de la course à pied ou de la marche sportive en compétition est **obligatoire** lors de l'adhésion au club ou lors du renouvellement de l'adhésion. Obligation aussi en cours de saison, si le certificat médical est périmé, d'en fournir un nouveau dans les plus brefs délais.

Pour celles/ceux qui pratiquent régulièrement avec le club la course à pied ou la marche sportive **en loisir**, l'absence de la mention « **en compétition** » sur le certificat médical est acceptée.

2 - Fonctionnement du club :

Le RCS 76 organise chaque année le **Trail du Rouvray** en novembre et **1 cross** du Challenge Inter Cross de la Seine (CICS) - « **le Souvenir René Pajot - le Prix de la Ville de SER** » - en décembre.

Ces **2** manifestations importantes sont la « **vitrine** » du club pour tous nos partenaires, en premier lieu la Ville de SER.

Pour cela, le club fait appel aux membres du club à titre de bénévole. Sans ces bénévoles en nombre suffisant, le club ne pourrait pas organiser ces 2 épreuves.

Le **Challenge Inter Cross de la Seine** (7 clubs - 7 cross de novembre à février) est le **principal objectif sportif du club**. Tout adhérent du club **peut** participer aux cross et quel que soit le montant de la cotisation réglé.

3 - Dispositions particulières :

A - Création d'un bonus :

C'est pourquoi pour encourager et récompenser le bénévolat et la participation * aux cross, le club a décidé d'accorder à chaque membre du club un bonus de **15 €** quel que soit le montant de la cotisation choisi, à faire valoir sur des inscriptions (remboursement ou inscription par le club) au cours de la saison à des courses ou des marches sportives.

* à **5** cross et plus sur les 7 cross de la saison.

Le cumul des 2 est possible, soit **30 €** en remplissant ces 2 conditions (bénévolat + participation * au Challenge de cross) au cours de la saison sportive.

B - Cotisations 2023-2024

Le club propose **2** cotisations, dont le montant est inchangé depuis **2020**.

1 - Cotisation à 15 € :

Pour les adhérents " *membre bienfaiteur* ",

& pour les adhérents « *loisirs* » marcheurs ou coureurs et **non compétiteurs**.

Possibilité offerte d'un remboursement au cours de la saison de **2 épreuves** ou + ** de marche ou course (15 € maxi par épreuve) soit **30 €** maximum.

2 - Cotisation à 30 € :

Possibilité offerte d'un remboursement au cours de la saison de **4 épreuves** ou + ** de marche ou course (15 € maxi par épreuve) soit **60 €** maximum.

** courses ou marches hors stade organisées sur la durée de la saison (du 1^{er} septembre au 31 août de l'année suivante) **uniquement** dans les **départements de l'Eure** et de la **Seine Maritime** - cf. calendrier proposé sur le site <http://www.normandiecouseapied.com>.

C - Inscriptions & remboursements courses

1 - Inscriptions :

Dans la limite de son forfait individuel (30 ou 60 €) + bonus éventuel (15 ou 30 €), l'adhérent s'inscrit directement aux épreuves de son choix organisées uniquement dans les départements Eure & Seine Maritime - cf. site <http://www.normandiecouseapied.com> - sauf pour 5 courses & 5 marches pour lesquelles * le club se charge des inscriptions collectives, dans le but de maintenir un esprit « groupe » dans le club.

Nb : * ces inscriptions sont également comprises dans le montant du forfait individuel.

Liste de ces 5 courses et 5 marches du calendrier dites « à label club » : **Bois Guillaume** (octobre) - **La Tourvillaise Rose** (octobre) - **Les 30 Bornes de St Paër** (février) - **Les Boucles du Pays Elbeuvien** (mars) - **La Galopée/Galopette** (juin).

Marches : **La Tourvillaise Rose** (octobre) - **St Paër 11,5 km marche** (février) - **La Corrida du Marais Vernier** (avril) - **La Galopédestre 10 km libre** (juin) - **Les 5 km marche de Pont-Audemer** (juillet).

Inscriptions auprès de Jean Claude Lefeuvre 10 jours minimum avant la date de l'épreuve ou auprès de Jérôme, si inscriptions en ligne.

Nb: le club étant organisateur du **Trail du Rouvray** (novembre), **gratuité** pour les adhérents du club qui y participeraient (= inscription faite par par le club).

2 - Remboursements : 3 fois par saison après information préalable.

L'engagement aux courses étant à la charge du marcheur/coureur, celui-ci transmettra dans les meilleurs délais sa preuve d'inscription (= facture de préférence) accompagnée si possible de son résultat à l'adresse du club ou à la personne responsable du suivi pour un remboursement ultérieur.

Aucun remboursement ne sera possible pour une course qui serait le jour d'un cross du challenge ou d'une activité du RCS 76 (Demi-heure, randonnée, Relais des familles, Matinée découverte du club & de la forêt, Assemblée Générale).

Pas de remboursement pour supplément payé lors d'un engagement sur place.

Pas de remboursement pour un engagement anticipé et non honoré.

Le Comité directeur du RCS 76