1. **Etat civil**

| NOM  |  |
| --- | --- |
| PRÉNOM  |  |
| DATE DE NAISSANCE |  |

1. **Adresse**

| Adresse  |  |
| --- | --- |
| Code postal et commune  |  |
| N° téléphone |  |
| N° portable  |  |
| Mail  |  |

1. **Personne à joindre en cas d’urgence**

| Nom – Prénom  |  |
| --- | --- |
| N° de téléphone/Portable  |  |

1. **Choix du créneau (Horaires au départ du lieu de marche)**

□ Mardi matin 9h30 de sept à mars et 9h à compter du changement d’heure d’avril

□ Jeudi matin 9h30 de sept à mars et 9h à compter du changement d’heure d’avril

□ Vendredi matin 9h30

□ Dimanche matin 9h

□ BungyPump un jeudi tous les 15 jours en fin de journée (calendrier spécifique)

1. **La cotisation annuelle**

La cotisation annuelle est de **90€ pour un créneau de 30 marches minimum sur la saison.**

Cette cotisation comprend la licence sportive auprès de la FF Randonnée de 30,85€ (Licence Individuelle avec Responsabilité Civile et Accidents Corporels)

1. **Pièces à joindre à votre adhésion et à nous adresser**
* Bulletin d’adhésion complété et signé
* Attestation Questionnaire de santé ou Certificat médical (cf. Précisions ci-dessous)
* Chèque à l’ordre de Cholet Marche Nordique (encaissé fin août)

**Informations complémentaires**

Licence

En adhérant à Cholet Marche Nordique affiliée à la Fédération Française de Randonnée, l’adhérent est détenteur d’une licence individuelle intégrant la responsabilité civile et accident corporel pour la pratique de la marche nordique.

Modalités pratiques du déroulement des séances

Toutes les séances (30 minimum) se font en nature sur des circuits de randonnée de la région dans un périmètre d’environ 25 km autour de Cholet.

Chaque séance est encadrée par 1 (ou 2) animateur qualifié qui structure la séance (échauffements, techniques de marche, étirements) et donne des conseils pratiques.

Les animateurs envoient un courriel d’invitation pour chaque séance en précisant les lieux de départ de la marche et de covoiturage.

Chaque adhérent est affecté au groupe de son choix dans la limite des places disponibles.

Chaque groupe est limité à 20 marcheurs.

Les séances de Bungypump sont proposées en complément d’un créneau de marche nordique

Droit à l’image

Vous autorisez l’association à utiliser votre image, enregistrements audio ou prises de vue vous concernant, à titre gracieux, jusqu’à opposition de la présente autorisation, intégralement ou partiellement, pour des besoins exclusivement liés à la promotion de l'association et des activités de celle-ci, telles que retracées dans son objet social. L'association s’interdit de céder ou concéder le bénéfice de la présente autorisation à un tiers.

Règlement intérieur

Le règlement intérieur est disponible sur le site de l’association

Modalités financières

L’adhésion est prise pour la saison et ne peut donner lieu à remboursement sauf cas exceptionnel.

Certificat médical ou attestation sur le questionnaire de santé

La réglementation de la FFR oblige à la fourniture d’un Certificat Médical pour toute 1ére adhésion ainsi libellé : certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la marche nordique.

Les adhérents ayant déjà fourni un certificat médical de moins de 3 ans doivent fournir l’attestation sur le questionnaire de santé. Cf. page suivante



Date : Signature :

**Attestation sur le questionnaire de santé pour les pratiquants majeurs**

Je, soussigné(e), Mme / Mr

Atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir

□ Répondu NON à toutes les questions ; je fournis cette attestation à mon club

lors de mon renouvellement de licence.

□ Répondu OUI à une ou plusieurs question(s) ; je fournis un le certificat médical de non

contre-indication à la pratique sportive lors de mon renouvellement de licence.

DATE et SIGNATURE