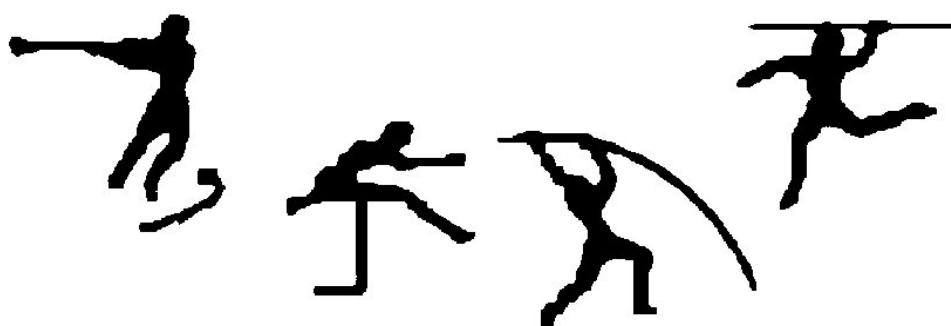


MONTESSESON Athlétisme



**DOSSIER D'INSCRIPTION
SAISON 2022-2023**



ATHLETIC CLUB DE MONTESSON

**Courir, sauter, lancer, marcher,
en compétition ou pour le plaisir**



Vous avez entre les mains votre dossier d'inscription à l'**Athlétic Club de Montesson, association sportive déclarée selon la loi du 1^{er} juillet 1901**, et nous espérons que vous y trouverez tous les renseignements nécessaires à votre adhésion dans la fiche d'information jointe en annexe. Bien sûr, tant nos entraîneurs sur le terrain que les dirigeants, sont à votre disposition pour vous apporter tout éclairage complémentaire.

A l'**ACM**, vous pourrez pratiquer les disciplines qui vous conviennent, quel que soit votre objectif : vous maintenir en forme ou participer aux différentes compétitions (cross, épreuves en salle ou sur piste, courses sur route).

Le dynamisme, l'élan et l'esprit d'équipe qui animent tous les membres de l'**Athlétic Club de Montesson** nous permettront, ensemble, de réaliser d'excellentes performances et de placer ainsi l'**ACM** au meilleur niveau. Votre adhésion renforcera "Notre Club", qui deviendra vite... "Votre Club".

Votre inscription à l'**ACM** couvre la saison administrative allant du 1^{er} septembre 2022 au 31 août 2023.

QUE FAIT-ON A L'ATHLÉTIC CLUB DE MONTESSON ?

UNE SAISON CHEZ LES TOUT JEUNES : ECOLE D'ATHLETISME, POUSSIN(E)S, BENJAMIN(E)S

La saison se décompose en trois parties :

- **la période des cross**, qui débute courant novembre pour finir début janvier par les Championnats Départementaux, voire au-delà pour les meilleurs benjamin(e)s ;
- **la saison en salle**, qui comprend 2 compétitions et 1 finale réunissant les meilleur(e)s jeunes du département ;
- **la saison sur piste**, qui est constituée de plusieurs compétitions individuelles ou par équipes.

Chaque compétition en salle ou sur piste comporte une ou plusieurs épreuves : courses, sauts, lancers. L'objectif de nos entraîneurs est de faire découvrir toutes les disciplines de l'athlétisme et non pas de spécialiser nos jeunes athlètes.

UNE SAISON CHEZ LES JEUNES : MINIMES

Catégorie intermédiaire entre les jeunes et les plus âgés, la saison se découpe généralement en trois parties : cross, salle, piste. Elle est rythmée par la participation aux championnats départementaux, qui sont qualificatifs pour les championnats régionaux, puis le cas échéant pour les championnats interrégionaux.

UNE SAISON CHEZ LES PLUS AGES : CADET(TE)S, ESPOIRS, SENIORS, VETERANS

- **Athlé compétition** : de cadet(te)s à vétérans, cette section accueille les athlètes qui souhaitent programmer leur saison sportive en fonction d'un objectif de compétitions défini en accord avec leur entraîneur ;
- **Athlé loisir** : cette section est destinée à ceux qui souhaitent courir en groupe pour se maintenir en forme, voire pour progresser, avec ou sans compétition ;
- **Gym loisir** : cette section est destinée à ceux qui souhaitent pratiquer une activité physique – gymnastique douce – sans compétition (dossier d'inscription spécifique).

UNE SAISON CHEZ LES DIRIGEANTS

Une association sportive ne peut pas fonctionner sans bénévole et, en particulier, des juges. Puisque vous accompagnez votre enfant aux différentes compétitions, rejoignez l'équipe des juges ou l'équipe d'encadrement ; sans eux, les épreuves sportives ne peuvent pas exister.

➡ Plus d'infos sur l'ACM : www.ac-montesson.com



ATHLETIC CLUB DE MONTESSON

**Courir, sauter, lancer, marcher,
en compétition ou pour le plaisir**



Fiche d'information 1/2

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour vous inscrire à l'ACM, il vous suffit de remettre simultanément à votre entraîneur les 3 pièces suivantes :

- le bulletin d'inscription joint en annexe pour les adultes et les mineur(e)s, rempli, daté et signé ;
- **Pour les licences athlé compétition l'athlète majeur produit un certificat médical daté de moins d'un an à la date de la prise de licence**, attestant l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition ; un exemplaire type est mis à votre disposition en annexe ;
- Pour la prise d'une première licence ou le renouvellement de la licence d'un mineur, le titulaire de l'autorité parentale doit attester avoir rempli avec son enfant, le questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur et voir son enfant dispenser de présenter un certificat médical; exemplaire du questionnaire santé en annexe
- un chèque de paiement libellé à l'ordre de l'ACM.

Pour les enfants - école d'athlétisme, poussin(e)s, benjamin(e)s,

Vous trouverez ci-après toutes les informations utiles sur le montant des cotisations par catégories d'âge, les horaires et lieux des entraînements ainsi que les coordonnées des entraîneurs et des dirigeants.

QUE COMPREND VOTRE COTISATION ?

- La délivrance obligatoire de la **licence** de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA) ;
- L'**assurance individuelle** liée à la licence de la FFA, qui couvre l'athlète pendant les entraînements et les compétitions ;
- Une partie des **frais de fonctionnement** de l'ACM ;
- Un tee-shirt, lors de la 1^{ère} inscription à l'ACM des enfants des catégories "école d'athlétisme" et "poussin(e)s" ;
- Le maillot du Club – dont le port est obligatoire pendant les compétitions – et la veste de survêtement du Club, lors de la 1^{ère} inscription à l'ACM et lors du passage à la catégorie "benjamin(e)s".
- La veste du club peut être achetée via notre site, à partir de la taille S.

QUEL EST LE MONTANT DE LA COTISATION⁽¹⁾ ?

ANNÉES DE NAISSANCE	CATÉGORIES	1 ^{ère} INSCRIPTION	RENOUVELLEMENT
Né(e) entre 2016 et 2014	École d'athlétisme	180 €	170 €
Né(e) en 2013 et 2012	Poussin(e)s	180 €	170 €
Né(e) en 2011 et 2010	Benjamin(e)s	230 €	175 €
Né(e) en 2009 et 2008	Minimes	230 €	175 €
Né(e) en 2007 et 2006	Cadet(te)s	250 €	195 €
Né(e) en 2005 et 2004	Juniors	250 €	195 €
Né(e) en 2003, 2002 et 2001	Espoirs	250 €	195 €
Né(e) entre 2000 et 1989	Seniors	250 €	195 €
Né(e) en 1988 et avant	Masters	250 €	195 €

(1) A partir du 2^{ème} adhérent par famille, le montant des cotisations est diminué de 15 €.

(2) Le passage à la catégorie "benjamin(e)s" 1^{ère} année inclut la fourniture du maillot et de la veste de survêtement du Club.



ATHLETIC CLUB DE MONTESSON

Courir, sauter, lancer, marcher,
en compétition ou pour le plaisir



Fiche d'information 2/2

HORAIRES ET LIEUX DES ENTRAINEMENTS COORDONNÉES DES ENTRAINEURS ET DES DIRIGEANTS

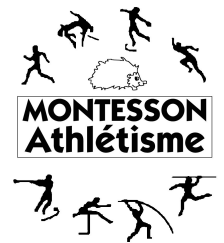
CATÉGORIES	JOURS	HEURES	ENTRAINEURS	DISCIPLINES
École d'athlétisme, poussin(e)s Né(e) entre 2012 et 2016	Mercredi	15h30-17h30	Adrien ATHENOR 06 70 62 50 61	Course, saut, lancer
Benjamin(e)s Né(e) en 2011 et 2010	Mercredi et/ou samedi	15h30-17h30 14h30-16h30	Romane KAMIENIECKI 06 75 94 09 33	
Minim(e)s Né(e) en 2009 et 2008	Mercredi Samedi	18h30-20h30 14h30-16h30	Romain ATHENOR 06 30 44 55 11	Course, saut, lancer
Cadet(tes) - Juniors Né(e) en 2007 et 2004	Lundi Mercredi Samedi	18h30-20h30 18h30-20h30 14h30-16H30	Sonia MILOUD 06 34 11 69 57	
Athlé compétition et Athlé loisir : espoirs, seniors, masters Né(e) en 2003 et avant	Mardi Jeudi	19h15-21h00	Denis VELVINDRON 06 58 91 88 74	Course hors stade Demi-fond et Fond
	Samedi Dimanche		10h00-12h00	Alain REMETTER 06 74 57 11 00
Toutes catégories Date de reprise : 21/09/2022	Lundi et/ou mercredi	9h30-10h30	Anne NAUDIN 01 39 52 36 42	Gymnastique
LIEUX DES ENTRAINEMENTS				
Parc Municipal des sports 65 avenue Gabriel Péri 78360 Montesson				
DIRIGEANTS				
Frédéric ATHENOR f.athenor@orange.fr			Brigitte Templier brigitte.templier@gmail.com	

BONNE SAISON !



ATHLETIC CLUB DE MONTESSON

BULLETIN D'INSCRIPTION
SAISON 2022-2023
du 1^{er} septembre 2022 au 31 août 2023



Première inscription Renouvellement N° de licence

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nom Prénom.....

Date de naissance

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

 Lieu Sexe : M F

Nationalité..... Profession.....

Adresse
.....
.....

Tél. dom.....Tél. pour groupe WhatsappTél. portable.....

E-mail (*en lettres MAJUSCULES*)
.....

N° de sécurité sociale de l'athlète ou de son représentant légal

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Adresse de la CPAM de l'athlète
.....

Personne à prévenir en cas d'accident.....Tél.....

Groupe sanguin Contre-indications médicales.....

Le ou la signataire :

- accepte les conditions d'organisation de l'Athlétic Club de Montesson ;**
- reconnait avoir pris connaissance des conditions d'assurance individuelles liées à la licence de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA),** telles qu'elles sont décrites dans la notice de garantie fournie avec la licence et disponible sur le site de la FFA ;
- autorise expressément l'Athlétic Club de Montesson à utiliser, au sein des documents qu'il publie, les photos le ou la concernant** (ou celles concernant son enfant), qui pourraient être éventuellement prises lors des entraînements ou des compétitions.

AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEUR(E)S

Je,
soussigné(e),

.....
Père, Mère ou Tuteur (rayer les mentions inutiles) de l'enfant désigné ci-dessus, autorise mon enfant à pratiquer l'athlétisme au sein de l'Athlétic Club de Montesson. Si besoin, j'autorise les personnes désignées par le Club à le véhiculer, à l'occasion des entraînements ou des compétitions à l'extérieur du Club, et à prendre toutes dispositions utiles en cas de nécessité médicale survenant dans le cadre des activités du Club.

Fait à,

le.....

Signature :



CERTIFICAT MEDICAL

Pris en application des articles L. 231-2 et L. 231-3 du Code du Sport

Licences Athlé Découverte, Athlé Compétition et Athlé Santé Loisir-option Running



Je soussigné(e), Docteur _____

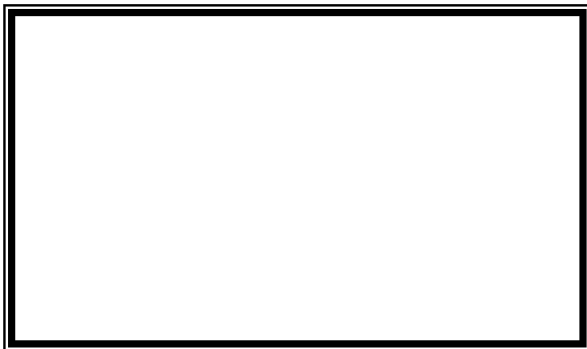
Demeurant à _____

Certifie avoir examiné ce jour M. / Mme / Melle _____

Né(e) le _____ / _____ / _____ Demeurant.....

et n'avoir pas constaté, à ce jour, de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition pour une licence Athlé Découverte, Athlé Compétition, Athlé Santé Loisir-option Running (rayer les mentions inutiles).

Je l'informe de l'obligation de déposer auprès de l'Agence Française de Lutte contre le dopage un dossier d'Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques en cas d'utilisation, même ponctuelle, de produits susceptibles d'entraîner une réaction positive lors d'un contrôle antidopage.



Cachet et signature du Médecin.

Fait à _____
le _____

Article 2.1.2 des Règlements Généraux de la Fédération Française d'Athlétisme

Les personnes qui demandent une licence, à l'exclusion des non-pratiquants (licence Athlé Encadrement), doivent produire :

*pour les majeurs **un certificat médical daté de moins d'un an à la date de la prise de licence**, attestant l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition. **Dans le cadre du renouvellement de la licence**, l'athlète peut attester avoir rempli le questionnaire de santé envoyé par la FFA et se voir dispenser de présenter un nouveau certificat médical.

*pour les mineurs: le titulaire de l'autorité parentale doit attester avoir rempli avec son enfant, le questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur et voit son enfant dispenser de présenter un certificat médical



QUESTIONNAIRE SANTE

AC MONTESSON



Cochez une seule des trois cases.

N° LICENCE :

NOM :

PRENOM :

SEXE : HOMME FEMME

DATE DE NAISSANCE :

Depuis l'année dernière

Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?

As-tu été opéré (e) ?

As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?

As-tu beaucoup maigri ou grossi ?

As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?

As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?

As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?

As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?

As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?

As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?

As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?

As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?

Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)

Te sens-tu très fatigué (e) ?

As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?

Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?

Te sens-tu triste ou inquiet ?

Pleures-tu plus souvent ?

Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?

Aujourd'hui

Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?

Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?

Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?

Questions à faire remplir par tes parents

Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?

Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?

Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ?

(Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)

NB: Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du responsable légal du licencié.

Je déclare répondre NON à chaque question et je serai éventuellement dispensé de la présentation d'un nouveau certificat médical

Je déclare répondre OUI à au moins l'une des questions et je devrai présenter un nouveau certificat médical

«Si vous avez répondu NON à toutes les questions : «Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

«Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, ou si vous refusez de répondre : «Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.»

Date et signature du Licencié :

(des parents ou du représentant légal si le licencié est mineur)