

## Dossier d'inscription 2019/2020

Nom : ..... Date de naissance : ...../...../..... Etat de l'adhérent :  
 Prénom : ..... Adresse : .....  Ancien adhérent  
 E-mail : .....  Nouvel adhérent  
 Téléphone fixe : ..... Code postal : .....  
 Mobile : ..... Ville : .....

### Activités en intérieur

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<input type="checkbox"/> 9h15/10h15 Etirements Respiration	<input type="checkbox"/> 9h00/10h00 Etirements énergétiques	<input type="checkbox"/> 9h00/10h00 Endurance/ Muscultation	<input type="checkbox"/> 9h00/10h00 Cardio Muscultation	<input type="checkbox"/> 14h30/16h00 Relaxation/ Sophro
<input type="checkbox"/> 10h30/12h00 Relaxation Sophro	<input type="checkbox"/> 10h00/11h00 Cardio Mémoire	<input type="checkbox"/> 10h00/11h00 Etirements Posturaux	<input type="checkbox"/> 10h00/11h00 Etirements Respiration	<input type="checkbox"/> 16h15/17h15 Yoga/ Équilibre
<input type="checkbox"/> 19h15/20h15 Muscultation Gainage	<input type="checkbox"/> 11h00/12h00 Respiration Articulations	<input type="checkbox"/> 11h00/12h00 Gym Respiration	<input type="checkbox"/> 11h00/12h00 Muscultation/ Dos et Abdos	<input type="checkbox"/> 17h00/18h30 APA/Prévention santé
	<input type="checkbox"/> 14h00/15h00 Equilibre et mouvements	<input type="checkbox"/> 15h15/16h30 Posture et équilibre		<input type="checkbox"/> 18h00/19h45 Yoga/ Sophro
	<input type="checkbox"/> 15h00/16h00 Etirements/Dos et Abdos	<input type="checkbox"/> 18h30/19h30 Muscultation/ Etirement		<input type="checkbox"/> 18h30/20h00 APA/Prévention santé
	<input type="checkbox"/> 15h30/16h30 Mémoires et mouvements			
	<input type="checkbox"/> 19h00/20h30 Relaxation/ Sophro			

## Activités en extérieur

Lundi	Mercredi	Vendredi	Samedi
<input type="checkbox"/> 14h00/17h00 Balades urbaines et campagnardes	<input type="checkbox"/> 14h00/17h00 Balades urbaines et campagnardes	<input type="checkbox"/> 9h00/10h30 Marche Nordique	<input type="checkbox"/> 9h30/11h00 Marche Méditative
<input type="checkbox"/> 18h00/19h00 Endurance Extérieure	<input type="checkbox"/> 17h45/18h15 Endurance Extérieure	<input type="checkbox"/> 10h30/11h30 Marche Nordique	

J'autorise Stimul'en Vie à utiliser mon image à des fins non commerciales sur tout type de support :

Oui

Non

Stimul'en Vie s'engage à protéger les données personnelles de chaque adhérent (RGPD).  
Je déclare avoir pris connaissance du règlement intérieur qui m'a été remis et m'engage à le respecter.

Fait le .....

Signature précédée de la mention  
« lu et approuvé » :

## Fiche d'appréciation 2019/2020

Nom : ..... Adresse : ..... Taille : .....  
Prénom : ..... IMC : .....  
E-mail : ..... Code postal : ..... Habitation :  
Téléphone fixe : ..... Ville : .....  Appartement  Maison  
Mobile : ..... Sexe :  F  M  Etage  Ascenseur  
Date de naissance : ...../...../..... Poids : .....

## Etat de santé

Maladies chroniques :  oui  non  
si oui laquelle : .....  
Prise de médicaments régulière :  oui  non  
Lesquels : .....  
Interventions chirurgicales :  oui  non  
Si oui type d'intervention : .....  
Prothèses :  oui  non  
Si oui précisez : .....  
Qualité du sommeil :  
 bonne  moyenne  mauvaise  
Suivi nutritionnel :  oui  non  
Conseils en nutrition souhaités :  oui  non

## Activités physiques et sportives pratiquées

Qualité du sommeil :  
 < 15 mn  Entre 15 et 30 mn  > 30 mn  
Marche hebdomadaire :  
 1 fois  2 fois  3 fois  plus  
Activités Physiques ou Sportives autre que la  
marche :  oui  non  
Lesquelles : .....

## REGLEMENT INTERIEUR

Le présent règlement a pour objet de préciser les règles de fonctionnement des activités organisées par le l'association Stimul' en Vie

### A - Généralités

#### Article 1

L'association « Stimul'En Vie est régit par la loi de 1901, a pour but de proposer des activités physiques adaptées.

#### Article 2

Les activités de l'association sont proposées et organisées par un bureau composé de membres bénévoles.

#### Article 3

Les activités proposées sont les suivantes:

- Gymnastique
- Marche nordique
- Marche Active
- D'autres activités pourront être mise en place de façons ponctuelles ou récurrentes

#### Article 4

La participation aux activités est inhérente à l'adhésion annuelle à l'Association.

#### Article 5

Les activités se déroulent de mi-septembre à fin Juin suivant un calendrier remis après acceptation de l'inscription.

#### Article 6

Les activités sont assurées par des éducateurs sportifs, spécialisés, diplômés formés à l'animation de ce genre d'activité.

#### Article 7

Une tenue appropriée est demandée à chaque participant (se renseigner auprès de la monitrice responsable de l'activité à laquelle on participe).

#### Article 8

Pour des raisons de sécurité et d'assurance, il sera demandé à chaque adhérent un certificat médical d'aptitude à la pratique des activités proposées par l'association.

**Ce Certificat médical devra être remis avant le début des activités.**

Toutefois une séance d'essai est tolérée sous la responsabilité du participant.

## B - Inscriptions

### Article 9

L'inscription de chaque participant n'est effective que lorsque les documents ci-dessous sont remis :

1. Fiche d'inscription
2. Certificat médical
3. Règlement des cotisations

### Article 10

L'adhésion annuelle est unique.  
Les cotisations pour chaque activité sont annuelles, payables à l'inscription.  
Le montant des cotisations est fixé par le bureau.

### Article 11

Pour une inscription en cours d'année, le montant de l'adhésion sera à payer en totalité.

La cotisation pour la participation à une activité sera calculée au prorata du nombre de séances restantes.

## C - Règles de fonctionnement des cours

### Article 12

L'absence d'un adhérent, pour raisons personnelles, ne donnera lieu à aucun remboursement.

En cas d'absence prolongée pour raison de santé, un certificat médical sera demandé pour la reprise des activités.

### Article 13

Seul le Bureau peut accorder une dérogation et examiner un éventuel remboursement, total ou partiel, des cotisations payées.

### Article 14

Le Club décline toute responsabilité pour les vols et pertes qui pourraient avoir lieu durant les séances sur les sites d'entraînement.

### Article 15

Les structures d'accueils sont dégagés de toutes responsabilités vis à vis des personnes adhérentes à l'Association Stimul'En Vie, en cas d'accident survenu lors d'une séance d'activités pratiquées dans leur locaux.

### Article 16

Pour la sécurité et le confort de chacun, les séances ne pourront pas dépasser :

- 20 personnes dans la salle d'évolution de la MDA
- 30 personnes dans la salle polyvalente de la MDA
- 12 personnes dans la salle de motricité du Centre Social PERNON

### Article 17

Il est rappelé que seuls les membres du bureau peuvent prendre des décisions concernant la vie du club. Ils restent néanmoins à votre écoute pour vous donner une réponse rapide à vos interrogations dans le respect du présent règlement intérieur et avec la volonté d'équité au sein du Club.

Si besoin, vous pouvez les contacter :

Anne-Marie MOISSONNIER

Tél : 06 75 04 03 39

Joëlle AILLOUD

Tél : 06 79 94 07 76

### Article 18

A compter de la rentrée 2016, le club informera ses adhérents grâce au site internet :

<https://www.stimulenvie.fr/>

Il est recommandé de le consulter régulièrement pour être informé de la vie du club.