

## Dossier d'inscription 2022/2023

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"/> 13h30/14h30<br>Etirements/Respiration<br>Emilie  | <input type="checkbox"/> 9h00/10h00<br>Etirements énergé-<br>tiques Joëlle    | <input type="checkbox"/> 9h00/10h00<br>Endurance/Muscula-<br>tion Joëlle | <input type="checkbox"/> 9h00/10h00<br>Cardio Musculation<br>Emilie       | <input type="checkbox"/> 14h30/16h00<br>Expression Corporelle<br>Angélique   |
| <input type="checkbox"/> 14h30/16h00<br>Relax/sophro<br>Chloé et Sophie   | <input type="checkbox"/> 10h00/11h00<br>Cardio Mémoire<br>Joëlle              | <input type="checkbox"/> 10h00/11h00<br>Etirements Posturaux<br>Joëlle   | <input type="checkbox"/> 9h00/10h00<br>Danse / Gainage<br>Angélique       | <input type="checkbox"/> 16h00/17h15<br>Relaxation/Sophro<br>Chloé et Sophie |
| <input type="checkbox"/> 15h00/16h00<br>Endurance/Muscula-<br>tion Emilie | <input type="checkbox"/> 11h00/12h00<br>Respiration Articu-<br>lations Joëlle | <input type="checkbox"/> 11h00/12h00<br>Gym Respiration<br>Joëlle        | <input type="checkbox"/> 10h00/11h00<br>Etirements Respiration<br>Emilie  |  |
| <input type="checkbox"/> 16h00/17h15<br>Etirements/Respiration<br>Emilie  | <input type="checkbox"/> 13h45/14h45<br>Etirements Dos/Abdos<br>Joëlle        | <input type="checkbox"/> 17h00/18h30<br>APA prévention Santé<br>Joëlle   | <input type="checkbox"/> 11h00/12h00<br>Etirements/Dos et<br>Abdos Emilie |  |
| <input type="checkbox"/> 16h45/17h45<br>Yoga/Équilibre<br>Lucie           | <input type="checkbox"/> 14h00/15h00<br>Equilibre et mouve-<br>ments Emilie   | <input type="checkbox"/> 18h30/19h30<br>Gainage/Musculation<br>Michaël   |   |  |
| <input type="checkbox"/> 18h45/19h45<br>Gainage/Musculation<br>Lucie      | <input type="checkbox"/> 15h00/16h00<br>Musculation/Dos<br>et Abdos Emilie    | <input type="checkbox"/> 18h30/20h00<br>APA prévention Santé<br>Joëlle   |   |  |



## Activités en extérieur

| Lundi  | Mardi | Mercredi   | Jeudi | Vendredi  |
|--|-------|--|-------|---|
|  <input type="checkbox"/><br>9h30/11h00<br>Marche Nordique<br>Michaël |       |  <input type="checkbox"/><br>17h45/18h15<br>Endurance Extérieure<br>Michaël |       |  <input type="checkbox"/><br>9h00/10h30<br>Endurance Extérieure<br>Angélique |
|  <input type="checkbox"/><br>18h00/18h30<br>Marche Active<br>Lucie    |       |  |       |  <input type="checkbox"/><br>9h00/10h30<br>Marche Nordique<br>Michaël        |
|  |       |  |       |  <input type="checkbox"/><br>10h30/11h30<br>Marche Nordique<br>Michaël       |

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

Oui

Non

Je souhaite être contacté par Stimul'en Vie par :

E-mail

Courrier

Stimul'enVie 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 » :

-  Salle de l'Ancienne Poste - 57, avenue des Tilleuls - 69780 MIONS
-  Salle Polyvalente MDA - 28 rue Denfert Rochereau - 69004 LYON
-  Centre social Pernon - 27, Rue Pernon - 69004 LYON
-  Centre social Grand-Côte - 6, rue Pouteau - 69001 LYON
-  Hôpital Croix-Rousse - 103, grande rue de la Croix Rouse - 69004 LYON
-  Séance en ligne - via Zoom
-  Parc de la Cerisaie - 25 Rue Chazière - 69004 Lyon
-  Parc de la Tête d'Or - 69006 Lyon
-  Parc Popy - 33 Rue Henri Gorjus, 69004 Lyon



## Fiche d'appréciation 2022/2023

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

Marche journalière :  
 < 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 :

- 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.