



ADHÉSION A COUBRON RANDO SAISON 2023-2024

Ami randonneur, si vous souhaitez nous rejoindre pour la saison 2023-2024 veuillez remplir le bulletin ci-dessous.

L'inscription 2023-2024 comprend :

- La licence F.F.R.P (part licence + part assurance) dont le prix total est reversé à la FFRP.
- La cotisation à Coubron Rando est de **26€**

➤ Selon votre choix d'assurance, **le montant de l'inscription** est

- Pour une licence FFR avec l'assurance responsabilité civile + accidents corporels de la fédération :
IRA : individuelle : 54 € **FRA : familiale : 108€**
- Pour une licence IMPN/FMPN :
IMPN : individuelle : 66€ **FMPN : familiale : 132€**

➤ Si vous êtes déjà affilié à la FFR dans un autre club de randonnée fournir la photocopie de la licence en cours, puis celle de la licence 2023-2024 dès réception.

Cotisation individuelle : 26 € **cotisation familiale : 52 €**

Abonnement facultatif à la revue trimestrielle « Rando Passion » (un exemplaire par foyer) : **10 €** Attention : l'abonnement est automatique, si vous ne souhaitez pas recevoir la revue **cochez la case correspondante sur le bulletin d'adhésion.**

Pour votre sécurité nous vous demandons de bien vouloir :

- **Pour toute nouvelle inscription quel que soit l'âge, fournir obligatoirement un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique sportive.**
- **Pour le renouvellement de la licence le certificat médical n'est plus obligatoire tous les 3 ans.**
- **Répondre obligatoirement à un auto-questionnaire de santé chaque année (joint à ce bulletin).**
 - A -Si vous avez répondu **NON** à toutes les questions : « Pas de certificat médical à fournir ». **Il faut cocher la case d'attestation sur le bulletin d'adhésion.**
 - B -Si vous avez répondu **OUI** à **une ou plusieurs questions de l'auto questionnaire de santé, ou si vous refusez de répondre :**
Un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique sportive est à fournir.

ATTENTION ! L'auto-questionnaire est confidentiel et ne doit pas être transmis à COUBRON RANDO

Cordialement.

Le bureau.

7 QUESTIONNAIRE DE SANTÉ QS – SPORT



Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « QS – SPORT »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

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 :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.





REGLEMENT INTERIEUR DE COUBRON RANDO

Article 1 : L'adhésion au Club Coubron Rando

La participation aux deux premières randonnées de prise de contact est libre. Ces deux premières sorties se font sous couvert de l'assurance personnelle du participant. Ensuite l'adhésion au Club est obligatoire. Elle est soumise à l'agrément de l'association.

L'adhésion comprend :

- la licence F.F.R. (part licence + part assurance : assurance responsabilité civile et accidents corporels) dont le prix total est reversé à la FFRP
- la cotisation à Coubron rando assurant le fonctionnement du club

Elle est indivisible et couvre l'année *sportive* (de septembre à septembre).

Pour la 1^{ère} adhésion, celle-ci est effective après avoir fourni un certificat médical de moins de 3 mois attestant l'absence de contre-indication à la pratique de la randonnée.

Un nouveau certificat médical peut être redemandé en cours d'année si besoin.

Pour le renouvellement l'auto-questionnaire de santé est obligatoire.

Une réponse « oui » entraîne la présentation d'un certificat médical.

Tout renouvellement de licence doit être fait dans le mois de septembre.

Sauf autorisation expresse de l'adhérent, tous les renseignements portés par lui-même sur son bulletin d'adhésion ne seront jamais communiqués à quiconque à quelque titre que ce soit (sauf en cas de nécessité, à un membre du Bureau, dans un cadre unique de gestion ou d'organisation d'activités). Le signataire peut y avoir accès en application de l'article 27 de la loi du 6 janvier 1978 (Informatique et libertés).

L'adhérent s'engage à remplir le formulaire de renonciation à l'image.

Lors de son inscription ou du renouvellement annuel de l'inscription, l'adhérent atteste sur l'honneur :

- qu'il souscrit au présent règlement,
- qu'il est titulaire d'un permis de conduire valide, que son véhicule est en parfait état d'usage et d'entretien,
- qu'il souscrit un contrat d'assurance pour le véhicule et que ce contrat couvre les personnes transportées,
- qu'il s'engage à déclarer immédiatement toute modification de sa situation

Article 2 : Le code du randonneur

Le randonneur doit être convenablement équipé par tous les temps :

- chaussures de randonnées indispensables pour la pratique de cette activité assurant un bon maintien du pied et de la cheville
- contre la pluie, cape ou parapluie
- contre le froid, vêtements amples
- contre le soleil, lunettes et couvre-chef
- pour chaque sortie, le randonneur doit se munir impérativement d'une réserve de boissons et de nourriture adaptées à la température et à la durée de la randonnée, réserve mise dans le sac à dos.

Le randonneur doit se comporter en adulte responsable vis à vis du code de la route et respecter les instructions données par l'animateur randonnée et particulièrement celles relatives à la sécurité.

Le randonneur doit respecter l'environnement (rapporter ses déchets), ne pas cueillir des fleurs ou des plantes, ne pas déranger la faune.

Le randonneur doit signaler à l'animateur ses problèmes particuliers de santé.

Lors de chaque sortie, chaque randonneur doit avoir sur lui : sa licence FFRP, sa carte vitale, un document prouvant son identité, un peu d'argent de poche.



Article 3 : Les frais de transport et d'assurance

Les frais sont déterminés pour chaque sortie en fonction du nombre de véhicules et répartis entre la totalité des passagers. Même principe pour le covoiturage pendant les séjours. Pour le covoiturage Coubron lieu du séjour, chaque conducteur agit à sa guise.

Les voitures ne sont pas prises en charge par notre assurance. Chacun doit traiter avec son assurance personnelle.

En cas d'accident automobile, de vol ou d'effraction, la victime ne pourra se retourner ni contre le Club, ni contre ses animateurs.

Article 4 : Les sorties

Les sorties se font en groupe, assistées d'un animateur bénévole du Club.

Le club ne saurait être responsable de ce qui pourrait advenir à tout adhérent abandonnant volontairement le groupe.

Les enfants mineurs participent aux sorties sous la responsabilité des adultes qui les amènent.

Pour des raisons de sécurité ou de morale, un comportement perturbateur ou à risques pourra entraîner l'exclusion temporaire ou définitive de l'adhérent.

Les membres du club s'engagent à respecter la réglementation en vigueur sur les lieux de randonnée (interdictions concernant les chiens, les feux, la flore, la faune, etc.).

Lors des séjours, Coubron Rando est assujéti aux règlements de l'immatriculation tourisme. Le Club propose des assurances facultatives annulation séjour.

Les animateurs des sorties peuvent être amenés à modifier ou à supprimer les destinations ou les parcours programmés en raison de divers éléments imprévisibles.

Nous invitons les adhérents à participer aux manifestations organisées par le Club.

Article 5

Les chiens sont tolérés sous la responsabilité de leurs maîtres, et obligatoirement être tenus en laisse.

Article 6 : Conseil d'administration

L'association est dirigée par un conseil de membres élus pour trois ans par l'assemblée générale. Les membres sont rééligibles. Le CA élit son bureau

Un(e) président(e), et un(e) vice-président(e) organise, anime l'activité de l'association

Un(e) secrétaire assure tâches administratives, établit les comptes-rendus des réunions

Un(e) trésorière mène la gestion de l'association, tient la comptabilité, gère les licences

Article 7 : Remboursement d'un animateur bénévole du club lors d'une reconnaissance

- Reconnaissance d'une journée

le club rembourse l'animateur sur une base forfaitaire de 15 € par reconnaissance effectuée.

- Reconnaissance d'une sortie de plusieurs jours

Dans le cas d'une sortie de plusieurs jours avec hébergement, les frais de reconnaissance comprendront, en plus des frais de route, l'équivalent pour 2 personnes, du prix de la 1/2pension de l'établissement où logeront les participants. Ces frais seront à partager entre les participants à la sortie organisée et le club.

- Reconnaissance d'un séjour d'une semaine

Un budget prévisionnel sera soumis au CA

Dernière révision : n°12 modifié conformément à la loi 2022-296 du 02 mars 2022