



**A. M. A. V.**  
**ASSOCIATION MULTI-ACTIVITES DE LA VALDAINE**

FICHE INSCRIPTION - SAISON 2021-2022

NOM \_\_\_\_\_ PRENOM \_\_\_\_\_  
DATE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_  
ADRESSE \_\_\_\_\_  
CODE POSTAL / VILLE \_\_\_\_\_  
TELEPHONE \_\_\_\_\_  
E-MAIL \_\_\_\_\_

**Reprise des cours le 10 novembre 2021**

**PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE**

			1e activité	Cocher	2e activité	Cocher	Total
STRETCHING POSTURAL	Mercredi	10 h	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
PILATES	Mercredi	11 h	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
GYM TONIQUE	Mercredi	19 h	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
STRETCHING POSTURAL	Jeudi	8h30	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
PILATES	Jeudi	17h30	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
GYM ZEN	Vendredi	11 h	120,00 €	<input type="checkbox"/>	50,00 €	<input type="checkbox"/>	
(voir lieux et détails sur fiche jointe)							
TOTAL ACTIVITES							
* ADHESION/ ASSURANCE							20,00 €
* Sauf si déjà réglé en octobre 2021							
TOTAL A PAYER							

**Pieces à joindre :**

- > Chèque(s) (3 maximum) pour le règlement du total à payer, à l'ordre de "AMA Valdaine".
- Le premier chèque (50 euros minimum) sera encaissé à réception. Voir ci-dessous pour les dates d'encaissement des deux autres.
- > Règlement intérieur de l'association, signé.
- > Certificat médical (valable 3 ans) obligatoire pour une nouvelle adhésion, ou une attestation santé signée pour un renouvellement si le certificat date de moins de 3 ans (voir en page 4).

*Tout dossier illisible ou incomplet sera retourné.*

Encaissement		Montant
Chèque 1 - immédiat		
Chèque 2 -	10/01/2022	
Chèque 3 -	28/02/2022	
Espèces		
<b>Total règlement</b>		

Dossier à envoyer à  
**AMAV - Martine BREILLET**  
55 route de Saint Paulet  
26160 La Bégude de Mazenc

ou à remettre au premier cours

Renseignements

ama.valdaine@gmail.com

☎ 06 38 17 71 75

www.amavaldaine.org

**COURS du 10/11/2021 au 24/06/2022**

**PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE**

<b>M E R C R E D I</b>	<b>10H00 - 11H00</b>  <b>STRETCHING POSTURAL</b>  <b>La Bégude de Mazenc</b>  <b>MARIE-GABRIELLE</b>	<b>11H00 - 12H00</b>  <b>PILATES</b>  <b>La Bégude de Mazenc</b>  <b>MARIE-GABRIELLE</b>	<b>19H - 20H</b>  <b>GYM TONIQUE (renforcement musculaire, step, cardio)</b>  <b>La Bégude de Mazenc</b>  <b>GOODY</b>
<b>J E U D I</b>	<b>8H30 - 9H30</b>  <b>STRETCHING POSTURAL</b>  <b>Portes en Valdaine</b>  <b>MARIE-GABRIELLE</b>	<b>17H30 - 18H30</b>  <b>PILATES</b>  <b>Saint Gervais sur Roubion</b>  <b>GOODY</b>	
<b>V E N D R E D I</b>	<b>11H00 - 12H00</b>  <b>GYM ZEN</b>  <b>Portes en Valdaine</b>  <b>GOODY</b>		



REGLEMENT INTERIEUR saison 2021/2022

**CONDITIONS D'INSCRIPTION**

Pour pouvoir participer aux activités proposées par l'AMAV, il faut être adhérent à l'association.  
Pour être adhérent, il faut renvoyer un dossier d'inscription complet comprenant l'adhésion annuelle (assurance incluse), le montant des activités choisies et un certificat médical.  
Ce certificat médical (indiquant la capacité de la personne à l'exercice physique) est obligatoire pour une nouvelle adhésion.  
Pour le renouvellement d'inscription (si le certificat médical a moins de 3 ans), une attestation santé signée et datée est obligatoire.  
De plus, les adhérents devront respecter, pour pouvoir participer aux activités de l'association, les conditions sanitaires en cours imposées par les pouvoirs publics.

**DEMARRAGE DES COURS**

Une séance gratuite par activité est proposée en début d'année aux nouveaux adhérents (sous réserve du respect des conditions sanitaires en cours), afin de faciliter leur choix d'activité. Après ce test, l'accès sera refusé aux personnes n'ayant pas rendu leur dossier d'inscription complet.  
En début de saison, les animatrices expliquent les bases de l'activité qu'elles animent et certains cours, suivent une progression.  
Un participant inscrit, qui ne pourrait venir que quelques semaines après le début, ne pourra pas forcément bénéficier de toutes ces explications, afin de ne pas retarder l'ensemble du groupe.

**EFFECTIFS DES COURS**

Selon l'activité et la salle où elle se déroule, le nombre de personnes peut être limité. Les inscriptions seront donc arrêtées quand l'effectif sera atteint. A l'inverse, certaines activités ne seront maintenues que lorsqu'un effectif minimum sera atteint.

**CONDITIONS FINANCIERES PARTICULIERES**

Toute adhésion versée à l'association est définitivement acquise, quelles que soient les circonstances.  
Les règlements de la totalité de la cotisation (adhésion et cours) sont à payer à l'inscription.  
Les inscrits à des cours qui ne pourraient être maintenus, compte tenu du petit nombre de participants, seront remboursés au prorata des cours qui ont eu lieu, ou pourront se reporter sur un autre cours.  
En cas d'impossibilité de tenue des cours (ex salles fermées) ou d'autres changements indépendants de la volonté de l'association (ex situation sanitaire), l'association ne sera pas obligée de rembourser le montant des cours.  
De même, certaines séances de cours peuvent être supprimées (indisponibilité pour maladie de l'animatrice, météo incompatible avec l'activité dehors, par exemple), sans donner lieu à remboursement.

**UTILISATION DES SALLES et MATÉRIEL**

Les salles ou espaces publics servant aux cours sont mis à disposition par les communes. L'association et donc ses membres s'engagent à respecter les lieux et consignes propres à chaque lieu. En particulier, il est demandé de pénétrer dans les salles d'activités, pieds nus, en chaussettes ou en chaussures propres afin de ne laisser aucune trace des cours.  
Des accessoires peuvent être nécessaires pour certaines activités. Selon les cas, ces accessoires seront amenés par les animatrices et prêtés pour la séance. D'autres sont à amener (sans obligation) par les participants. En cas d'oubli d'objets dans les salles, leur restitution ultérieure ne peut être garantie.

**HORAIRES**

Les cours sont prévus pour pouvoir commencer à l'heure et les participants doivent donc arriver quelques minutes avant l'heure prévue.

**ABSENCES**

En cas d'absence prévue à l'avance, il est demandé de prévenir les animatrices des cours, lors d'un cours précédent.  
En cas d'absence autre, il est souhaitable de prévenir l'animatrice par message, au plus tard la veille.  
Les inscriptions sont faites pour un cours à un créneau précis. Il n'est donc pas possible de venir à une autre séance sans l'autorisation de l'association.

Nom : ..... Prénom :  
.....

Lu et approuvé      Le .....      Signature :



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.



N°15699\*01



## Attestation santé pour le renouvellement de sa licence FNSMR

Le questionnaire est à utiliser pendant les deux saisons qui suivent celle pour laquelle un certificat médical a été délivré.

Exemple :  
Saison 2016/2017 Certificat médical  
Saison 2017/2018 Questionnaire + Attestation  
Saison 2018/2019 Questionnaire + Attestation  
Saison 2019/2020 Certificat médical

Ne pas joindre le questionnaire de santé

Je soussigné M/Mme

Prénom : ..... Nom : .....

atteste avoir renseigné le questionnaire de santé QS-SPORT Cerfa N°15699\*01 et avoir répondu par la négative à l'ensemble des rubriques.

Date : .....

Signature du sportif :

**Pour les mineurs :**

Je soussigné M/Mme

Prénom : ..... Nom : .....

en ma qualité de représentant légal de

Prénom : ..... Nom : .....

atteste qu'il/elle a renseigné le questionnaire de santé QS-SPORT Cerfa N°15699\*01 et a répondu par la négative à l'ensemble des rubriques.

Date : .....

Signature du représentant légal :

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
<b>Durant les 12 derniers mois</b>		
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 siffante (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"/>
<b>A ce jour</b>		
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"/>

\*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

**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.

