



HALTERO CLUB FIGEAC



Espace F. MITTERRAND Salle Jean-Marie CHANUT Tél : 05 65 34 68 80 / halteroclub@gmail.com

  Haltero Club Figeacois / <https://www.haltero-club-figeac.fr/>

Bienvenue au club

L'Haltéro Club Figeacois est une association sportive loi 1901 à but non lucratif.

Si vous en devenez adhérent c'est pour trouver une ambiance associative, chaleureuse et familiale, une façon d'être, un état d'esprit et un projet d'épanouissement par le sport, le tout basé sur la valeur humaine de chacun, le respect de l'autre, la convivialité et le dialogue.

Faites part de vos questions ou remarques aux salariés, membres du comité directeur et bénévoles, nous essaierons d'y répondre et dans la mesure du possible d'améliorer les choses.

La vie en commun suppose quelques obligations que nous vous remercions par avance de respecter.

Le port de chaussures de sport ne servant qu'à l'intérieur de la salle et l'utilisation d'une serviette pour protéger les machines.

Le nettoyage, l'achat et l'entretien du matériel sont financés par le club avec vos cotisations. Le soin apporté à l'utilisation de la salle conditionne donc directement leur montant.

En vous souhaitant d'agréables moments dans votre club.

HORAIRES D'OUVERTURE	LUNDI	9h30 à 20h30	JEUDI	9h30 à 20h30
	MARDI	9h30 à 20h30	VENDREDI	9h30 à 20h30
	MERCREDI	9h30 à 20h30	SAMEDI	10h à 12h

REGLEMENT INTERIEUR de L'Haltéro-Club Figeacois

L'Haltéro-Club Figeacois est heureux de vous accueillir dans la salle Jean-Marie CHANUT au sein de l'espace François MITTERRAND.

Les locaux sont gracieusement mis à votre disposition par la municipalité de Figeac.

Le matériel appartient à l'association. Il est acheté et entretenu aux seuls frais de l'Haltéro-Club Figeacois.

Le club encadre les pratiques de l'haltérophilie en loisir-compétition, le sport adapté, la musculation ainsi que la remise en forme pour tous et les cours collectifs.

CONDITIONS D'ACCES

Les mineurs pourront accéder au club seulement sur présentation d'une autorisation parentale.

Etre à jour de sa cotisation (remboursement cotisation cas extrême seulement : maladie, déménagement).

Etre en possession de son badge (en cas d'oubli PONCTUEL merci d'en informer les responsables / dirigeants).

En cas de perte de celui-ci, merci de vous rapprocher des responsables / dirigeants afin de régulariser votre situation (10€ le badge).

Avoir préalablement fourni un certificat médical remis avec la fiche d'inscription pour les nouveaux adhérents.

Avoir lu et approuvé le présent règlement.

HYGIENE

Port de **CHAUSSURES PROPRES OBLIGATOIRES**, réservez-en une paire à l'utilisation des locaux.

Par mesure d'hygiène pour tous, **POSER UNE SERVIETTE SUR LES APPAREILS ET LES TAPIS**

Une douche est obligatoire avant l'utilisation du sauna.

Laissez les douches et sanitaires propres.

La musculation se pratique avec une tenue adaptée (short, jogging, tee-shirt, débardeur), **il est INTERDIT de pratiquer « torse nu ».**

SECURITE

Echauffez-vous avant et étirez-vous après chaque séance pour éviter toute lésion musculaire.

Travaillez avec des charges adaptées.

Sur des charges lourdes, pensez à vous faire parer par un coéquipier ou un moniteur.

Attention à votre dos, faites-vous corriger et n'hésitez pas à demander conseil.

Pensez à vous hydrater.

VIE COMMUNE

A votre entrée, pensez à badger.

Des casiers sont à votre disposition pour stocker vos effets personnels (prévoir une pièce de 2€), évitez toutefois d'apporter des objets de valeur.

Le personnel et notre documentation sont à votre disposition.

Veillez à respecter et remettre le matériel en place après chaque utilisation, ne pas poser de charges sur les assises (barres, poids, haltères...).

Obligation de laisser les sacs aux vestiaires, hormis s'il contient du matériel d'entraînement.

La direction se réserve le droit ; d'une exclusion immédiate et/ou ne pas réinscrire tout adhérent, présentant un réel danger pour la sécurité, le non-respect du matériel et ses consignes d'utilisation, ou l'ambiance du club.

Les adhérents s'engagent à :

Ne pas prendre de produits dopants, sous peine d'exclusion et de poursuites judiciaires

Ne pas vendre de produits dopants ou de kits permettant l'utilisation de méthodes dopantes ou en faire la promotion.

Ne pas vendre et ne pas prendre de compléments alimentaires dans l'enceinte du club (salle et vestiaire).

Se soumettre à un contrôle anti-dopage inopiné conformément à la réglementation en vigueur.

RAPPEL DU CODE DU SPORTIF

Article L232-9 Il est interdit à tout sportif :

De détenir ou tenter de détenir, sans raison médicale dûment justifiée, une ou des substances ou méthodes interdites figurant sur la liste mentionnée au dernier alinéa du présent article
D'utiliser ou tenter d'utiliser une ou des substances ou méthodes interdites figurant sur la liste mentionnée au dernier alinéa du présent article.

Les sanctions prévues : Article L232-26 : un an d'emprisonnement et de 3750€ d'amende.

Article L232-10 Il est interdit à toute personne de :

Prescrire, administrer, appliquer, céder ou offrir aux sportifs, sans raison médicale dûment justifiée, une ou des substances ou méthodes mentionnées à l'article L 232-9, ou de faciliter leur utilisation ou d'inciter à leur usage.

Produire, fabriquer, importer, exporter, transporter, détenir ou acquérir, aux fins d'usage par un sportif sans raison médicale dûment justifiée, une ou des substances ou méthodes figurant sur la liste mentionnée au dernier alinéa de l'article L 232-9.

Lu et approuvé, signature :



HALTERO CLUB FIGEAC



Espace F. MITTERRAND Salle Jean-Marie CHANUTTél : 05 65 34 68 80 / halteroclub@gmail.com

  : Haltero Club Figeacois / <https://www.haltero-club-figeac.fr/>

DEMANDE D'ADHESION

Je soussigné : Madame Monsieur

Renouvellement

Date d'inscription

Du ___/___/20

Au ___/___/20

NOM :

PRENOM :

DATE DE NAISSANCE : ___/___/___ DEPARTARTEMENT DE NAISSANCE

ADRESSE :

CODE POSTAL :

VILLE :

N° TELEPHONE :

E-MAIL :

PHOTO

Autorise le Club, la FFHM à exploiter toutes les photos et vidéos prises dans le cadre des activités fédérales pour des actions publicitaires ou promotionnelles : Oui Non

Demande mon agrément en qualité d'adhérent à l'association Haltéro Club Figeacois. Je m'oblige à respecter, à peine d'exclusion immédiate et de perte de ma cotisation, mon engagement contre le dopage, l'esprit convivial de l'association, les obligations relatives ci-contre et plus généralement les statuts et le règlement intérieur dont j'ai pris connaissance, les décisions de l'assemblée générale et du comité directeur. Je m'engage, sous peine d'exclusion et de poursuite judiciaire, à ne prendre ni vendre de produits dopants ou à en faire la promotion, et à ne pas vendre ni prendre de compléments alimentaires dans l'enceinte du club.

Certificat médical date : ___/___/___ / Questionnaire Santé Mode de règlement

Justificatifs éventuels en cas de demande de tarif spécial N° carte jeune

Type de cotisation :

Signature de l'adhérent

Montant :

Demande remise à :

A Figeac le

AUTORISATION PARENTALE POUR LES MOINS DE 18 ANS

Je soussigné(e), Tel : Mail :

Autorise mon enfant à pratiquer la musculation et l'haltérophilie éducative.

Fait à

Signature :

Le :



TARIFS HALTERO CLUB FIGEACOIS



Période d'inscription	Individuel	Demandeur d'emploi	Etudiant/ Compétiteur Sénior-U17-20	Couple-Famille	Convention Association	Compétiteurs U10-U13-U15/ Arbitre-Dirigeant/ Demandeur d'asile
du 1 septembre au 31 Août	220 €	180 €	150 €	350 €	190 €	80 €
à partir du 1 janvier au 31 Août	200 €	160 €	130 €	340 €		
à partir du 1 février au 31 Août	180 €	145 €	120 €	310 €		
à partir du 1 mars au 31 Août	160 €	130 €	110 €	280 €		
à partir du 1 avril au 31 Août	140 €	120 €	100 €	250 €		
à partir du 1 mai au 31 Août	120 €	100 €	90 €	220 €		
à partir du 1 juin au 31 Août	90 €	80 €	60 €	160 €		
à partir du 1 juillet au 31 Août	50 €	40 €	30 €	100 €		
LICENCE FFHM (inclus dans la cotisation)	20 €	20 €	20 / 43 €	20 €		20 / 43€
COTISATION STATUTAIRE (inclus dans la cotisation)				2 €		
BADGE (inclus dans la cotisation)				10 €		

Tarifs établis sur 11 mois

DEMANDEUR D' EMPLOI, ETUDIANT

Ce tarif sera appliqué sur présentation d'une pièce justificative (carte jeune, attestation France travail...)

COUPLE/FAMILLE

2 membres vivants sous le même toit (parents et enfant vivants sous le même toit)
Supplément de 20€ par enfant - 18 ans pour le tarif famille

CONVENTION ASSOCIATION

Ce tarif sera appliqué si une convention est signée

COURS COLLECTIFS DU 1er Septembre au 30 Juin

FERMETURES ANNUELLES

Fermeture entre Noël et le jour de l'an (semaine 52) / Fermeture Estivale 28 juillet au 17 août (semaine 31.. 32 et 33).

HORAIRES D'ÉTÉ (hors fermetures annuelles)

Horaires d'été du 1er Juillet au 31 Août 9h30-13h30 / 16h30-20h30