

RENCONTRE SPORTS POUR TOUS PLAQUETTE ADHÉRENT



DIMANCHE 6 OCTOBRE 2019

- Accueil : 9h15 à 9h45
- Salle polyvalente – rue du repos-

MARCHE NORDIQUE & RANDONNÉE, AUTRES ACTIVITÉS

LE COMITE DEPARTEMENTAL SPORTS POUR TOUS DU DOUBS et L'ASSOCIATION BEURE STRETCH GYM, vous proposent une rencontre inter-clubs à BEURE (25). Ce sera également l'occasion de fêter les 40 ans du comité.

Sont invités à participer à cette rencontre, les adhérent(e)s associations « Sports pour Tous » du Comité Départemental Sports pour Tous du Doubs, les familles et personnes extérieures intéressées, les personnes invitées par le comité départemental.

Les modalités de participation sont édictées ci-dessous.

Date et lieu d'accueil : Dimanche 6 octobre- Salle polyvalente à Beure

Programme :

- 9h15 à 9h45 : accueil des groupes et individuels. Vérification des inscriptions.
- 9h45 : Consignes et départ de la marche fermeture du secrétariat-accueil.
- 12 h/12 h 30: accueil des invités et apéritif.
- 12h30/14h : repas paëlla: **10 € avec inscription obligatoire au 25 septembre dernier délai.**
- Vers 14h30/16h30 : ateliers participatifs (qi gong, démonstration de claquettes, free fit, ateliers photo souvenir.... **Prévoir une paire de chaussures propres.**
- Vers 16h30 : fin des activités. Verre de l'amitié.

2 Parcours :

- 2 parcours de 3 km et 8,8 km, Dénivelé positif : petites routes, chemins et sentiers, sans difficulté majeure.
- Le parcours est composé de petites routes, chemins, sentiers. Certains endroits peuvent être rendus glissants, par mauvais temps, le feuillage tombé au sol peut cacher cailloux et racines et provoquer des torsions de pieds. Les parcours seront fléchés.
- L'organisation se réserve le droit de modifier le parcours et les horaires, ou d'annuler la manifestation (*) en cas de contraintes locales ou de force majeure.
- (*) en cas d'annulation, les responsables d'associations vous alerteront par mail ou autre moyen, le jour même pour 7h00.

Quelques consignes d'organisation :

- Vous devez avoir une personne dite en « binôme » au cours de la marche. Par mesure de sécurité, vous vérifiez réciproquement que la personne partenaire suit bien et n'a pas de soucis.
- En aucun cas, vous êtes isolé(e).
- Prévenez votre partenaire si vous vous écartez de l'itinéraire pour un besoin.

- Des personnes de l'organisation ferment la marche. Prévenez-les en cas d'arrêt. Elles doivent toujours rester derrière l'ensemble du groupe.

Respectez le code de la route : soyez vigilant !

- Vous aurez à marcher sur des petites routes,
- Marchez l'un derrière l'autre à gauche de la chaussée, lors des passages de véhicules,
- Appliquez la consigne indiquée sur votre plan.

Procédé pédagogique :

- Les participants sont encadrés par leurs animateurs (rices),
- Les parcours se feront à allure libre, dans un esprit convivial et non compétitif,
- Chaque participant devra, à l'arrivée de la marche, confirmer son retour auprès des organisateurs.

Assurance :

- L'activité se déroule sous l'égide de la Fédération Française Sports pour Tous, assurée auprès de l'Alliance Internationale d'Assurances et de Commerce (AIAC Courtage) – 14 rue de Clichy – 75311 PARIS CEDEX 09
- Les participants licenciés « Sports pour tous » bénéficient des garanties liées à leur licence.
- Les participants non-licenciés « Sports pour Tous » bénéficieront des garanties individuelle-accident de base.

Condition de participation :

- Les participants « marche nordique » devront être en possession de leurs bâtons.
- Tenue adaptée à la marche nordique, à la randonnée pédestre et aux conditions météo.
- Prévoir une paire de chaussure propre au retour pour avoir accès à la salle polyvalente.
- Outre le café d'accueil, les participants seront en parfaite autonomie alimentaire pour la journée. **Le repas (paëlla à 10€) est uniquement sur inscription avant le 25 septembre au comité départemental.**
- Chaque participant prévoira sa carte vitale. En cas de problème et d'éventuelle intervention, il est bon d'avoir dans une enveloppe fermée et placée dans son sac, une fiche indiquant la personne à prévenir, les médicaments que vous prenez et, toutes indications utiles. Cette fiche ne sera ouverte que par un professionnel de santé, si nécessaire.

Prêt de bâtons : Quelques paires de bâtons de marche nordique pourront être prêtées le jour même.

Droit de participation : licenciés « Sports pour Tous » et invités : gratuité.

Inscriptions :

- Les personnes intéressées s'inscriront auprès de leurs dirigeant(e)s d'associations à l'aide du bulletin individuel situé en page 5.
- Pour des questions d'organisation, il est recommandé de s'inscrire à la date fixée par vos dirigeants d'association.

Renseignements : auprès de vos animatrices (eurs) ou dirigeant(e)s d'association.

Divers : prévoir de quoi s'hydrater. Raisins secs, amandes ou autres... Vêtement de pluie. Nécessaire de rechange, chaussures d'intérieur propres.

Déplacements : en voiture personnelle se feront sous la propre responsabilité des conducteurs et leur assurance personnelle.

- Dans le cadre du covoiturage, les conducteurs vérifieront auprès de leur assureur, leur couverture assurance pour le covoiturage dans le cadre associatif.

Quelques règles :

- Le CD Sports pour Tous et l'Association Beure Stretch Gym se dégagent de toute responsabilité en cas de dégradation ou perte de matériel individuel durant l'activité. De même, ils déclinent toute responsabilité en cas de vol, dans les vestiaires ou autres lieux, dans les véhicules des participants, en stationnement sur les parkings de la manifestation,
- Les mineurs ne pourront participer que sous l'égide d'un club participant ou, dans le cadre d'une inscription individuelle, sous la conduite d'un de leurs parents,
- Pour les personnes non licenciées « Sports pour Tous », l'inscription aux activités proposées vaut déclaration expresse de non contre-indication médicale et aptitude à participer à cette activité. L'activité physique, c'est la santé, mais n'oubliez pas que votre médecin est votre meilleur conseiller.
- Par son inscription, le participant, les responsables de famille ou d'association attestent avoir pris connaissance du règlement. Ils s'engagent à en informer leurs membres et à lire les différentes consignes qui seront remises, voire affichées à l'accueil, le jour-même,
- Les divers renseignements personnels du bulletin d'inscription sont utiles dans un but de sécurité,
- Tout bulletin d'inscription illisible et/ou incorrectement rempli, ne sera pas pris en compte.
- Un n° d'appel sera donné aux participants, pour alerter ou signaler un problème rencontré sur le parcours,
- Par son inscription, chaque participant déclare abandonner tout droit sur les supports images ou autres réalisés lors de l'événement, qui pourront être utilisés librement par les organisateurs,
- Aucun animal n'est admis.

Inscription individuelle à la Rencontre Sports pour Tous du dimanche 6 octobre 2019 à Beure (25)

A remettre à votre animateur (rice) ou dirigeant(e) d'association avant le 25 septembre 2019 :

NOM : Prénom : Sexe : M F

Adresse :

CP : Ville :

Téléphone : @ :

N° de portable (sécurité sur le parcours) :

N° licence Sports pour Tous :

Non licencié à la Fédération Française Sports pour Tous - date de naissance : / /

Parcours choisi :

- 8,8 km ou 3 km

Participe en temps que :

- Marcheur nordique Randonneur

Je participerai également à l'activité suivante ou aux activités de l'après-midi :

- Qi gong : gym traditionnelle chinoise basée sur des exercices de respiration et des mouvements lents
- Free fit : discipline sportive le plus souvent extérieure qui permet de travailler l'endurance et renforcement musculaire à l'aide du mobilier urbain
- Photo-souvenir : activité manuelle, vous repartirez avec votre photo

Je certifie avoir pris connaissance du règlement de l'activité et je règle la somme de 10€ :

A le

Signature, précédée de la mention « lu et approuvé »