



FICHE D'INSCRIPTION Randos et Découvertes (R&D) année 2021-22

(Remplir en majuscule)

Mr <input type="checkbox"/>	ou	Mme <input type="checkbox"/>	Nom :	Prénom :
Date de naissance :				
Adresse :				
Tel fixe :		Tel portable :		
Courriel :				
Date de votre dernier certificat médical :				
Niveau* de marche probable : A <input type="checkbox"/>				
B <input type="checkbox"/>				
ou C <input type="checkbox"/>				

**précision sur les 3 niveaux de marche (approximativement) :*
- groupe A : de 500 à 800m de dénivelé, de 16 à 21kms/ journée
- groupe B : de 300 à 600m de dénivelé, de 14 à 17 kms/ journée
- groupe C : de 200 à 300m de dénivelé, entre 8 et 10 kms/ journée

Pour les randonneurs* souhaitant participer à un ou plusieurs séjours R&D :

La licence FFRando (FFR) avec assurance IRA est obligatoire.

Vous pouvez la prendre en même temps que votre inscription R&D ou bien lors de l'inscription à votre 1^{er} séjour.

La licence FFR est annuelle et vous couvre lors de toutes vos activités de randonnée avec l'association et hors association.

Coût : 28€

Je souhaite prendre la licence FFR - IRA 2021-22 **28€**

Ou Je souhaite renouveler ma licence FFR n°..... **28€**

J'accepte de recevoir l'information FFR : oui non

J'accepte de recevoir de l'information des partenaires FFR : oui non

Je m'abonne au magazine de la FFR : Passion Rando soit **8€** pour 4 n°/an oui non

Je la prendrai plus tard

*** les personnes qui ne font que les randonnées hebdomadaires R&D et les rencontres amicales ne sont pas obligées de prendre la licence FFR.**

→ Vous inscrire en ligne > 2auta.assoconnect.com

→ Ou envoyer votre fiche d'inscription à : Martine GAUCHERAND, R&D, 28 rue Professeur Florence, 69003 Lyon

après avoir adhéré à 2AUTA 2021-22

avec :

- un chèque de **16€** à l'ordre de **2AUTA**, mentionnant au dos : « inscription R&D 2021-22 »

- un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée

< si le dernier fourni a dépassé les 3 ans de validité (les CM 2018 ne sont plus valables)

< ou si vous avez répondu positivement à certaines questions du Questionnaire de Santé ci-dessous (à conserver)

Et

pour les personnes qui prennent ou renouvellent une licence FFR IRA :

- un chèque de **28€** séparé à l'ordre de 2AUTA (mentionnant au dos « R&D - licence FFR »)

ou **28+8€=36€** (si vous prenez aussi l'abonnement à Passion Rando)

QUESTIONNAIRE DE SANTÉ « QS-SPORT » 2021-22

La loi de modernisation de notre système de santé n°2016-41 du 26/01/2016 et le décret 2016-1387 modifie les dispositions du code du sport, relatives au certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport.

Elle porte la validité du certificat médical à 3 ans.

Durant sa période de validité, pour l'inscription annuelle R&D, une demande ou renouvellement de licence FFR, l'adhérent devra renseigner un questionnaire de santé QS sport, dont le contenu a été homologué, et attester avoir répondu négativement à toutes les rubriques. Dans le cas contraire, un nouveau certificat médical sera nécessaire.

Ce questionnaire est personnel et confidentiel et seule l'attestation sera jointe à la fiche d'inscription.

Répondez aux questions suivantes par **OUI** ou par **NON**.

NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de l'adhérent.

DURANT LES 12 DERNIERS MOIS :

- 1 | Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ? **OUI NON**
- 2 | Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ? **OUI NON**
- 3 | Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ? **OUI NON**
- 4 | Avez-vous eu une perte de connaissance ? **OUI NON**
- 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 ? **OUI NON**
- 6 | Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors désensibilisation aux allergies) ? **OUI NON**

À 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.) survenue durant les 12 derniers mois ? **OUI NON**
- 8 | Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ? **OUI NON**
- 9 | Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ? **OUI NON**

Si vous avez répondu NON à toutes les questions et que vous aviez fourni un certificat médical depuis moins de 3 ans : Pas de certificat médical à fournir.

**Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :
Certificat médical à fournir.**