



Président : Thierry ERNEWEIN  
31 rue des égalités - 70400 Héricourt  
Tel : 03-84-46-39-40

Site Internet : [www.sghathle.fr](http://www.sghathle.fr)  
<https://www.facebook.com/sghathletisme>

Email : [sghathle@wanadoo.fr](mailto:sghathle@wanadoo.fr)

N° agrément : 1340F      N° APE : 926C      N° SIRET : 77851549400012

## VOS CONTACTS

**Secrétariat :**  
Laurent SCHNEYLIN  
Tél. 06.52.64.73.68  
[sghathle@wanadoo.fr](mailto:sghathle@wanadoo.fr)

**Président :**  
Thierry ERNEWEIN  
Tél. 03 84 46 39 40  
[thierry.ernewein@orange.fr](mailto:thierry.ernewein@orange.fr)

**Trésorier :**  
David GODDEN  
Tél. 07 82 21 19 77  
[david.godden@outlook.fr](mailto:david.godden@outlook.fr)

## DOSSIER D'INSCRIPTION

### Permanences inscriptions 2022 :

Les **samedis 10 et 17 septembre 2022 de 09h30 à 11h30**

Au Stade du Mougnot – 16 Faubourg de Besançon – 70400 HERICOURT

Les inscriptions sont également possible en ligne à l'adresse suivante :

<https://sg-hericourt-athletisme.assoconnect.com/collect/choice/191609-g-adhesions-2022-2023>

### UN DOSSIER COMPLET COMPREND :

- Le formulaire de demande ou de renouvellement d'adhésion correctement renseigné et signé
- Le certificat médical **ou** le questionnaire de santé.
  - **Pour les mineurs** : le questionnaire de santé **si vous répondez « NON » à toutes les questions** sinon vous devez présenter un certificat médical
  - **Pour les majeurs** : Le certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition datant de moins de 6 mois. Celui-ci peut n'être exigé que tous les 3 ans si vous répondez « NON » à toutes les questions du questionnaire de santé.
- Le coupon réponse de la brochure d'accueil 2023
- Un chèque du montant de la cotisation annuelle à l'ordre des « SGH Athlétisme »
- Une photocopie d'une pièce d'identité (pour les nouvelles adhésions)

**Mutation** : En cas de changement de club (même après une année sabbatique sans licence d'athlétisme), vous devez remplir une demande de mutation.

**La période de mutation est libre entre le 1<sup>er</sup> septembre 2022 et le 31 août 2023.**

**La prise en charge des droits de mutation sont soumis au bureau du club pour acceptation.**

**Tous ces documents seront à apporter AU COMPLET afin de faciliter le travail de vos dirigeants.**

**ATTENTION : Tout dossier incomplet ne sera pas accepté.**

Pour des raisons d'assurance, les athlètes licenciés la saison dernière n'ayant pas fourni un dossier complet avant le 1<sup>er</sup> octobre, ne pourront plus participer aux entraînements.



# SPORTS GENERAUX HERICOURT

## Section Athlétisme



### Note d'informations 2022

#### Groupes d'entraînements

Il existe **5 types d'entraînement** et **une école d'athlétisme** aux Sports Généraux d'Héricourt :

#### Ecole d'Athlétisme

L'école d'athlétisme regroupe les anciens **Groupe « Jeunes Eveil Athlé/Poussins »** et **Groupe « Jeunes Benjamins/Minimes »**.

Elle s'adresse aux jeunes nés entre **2008 et 2013** (des catégories Poussins à Minimes correspondant aux nouvelles catégories : U12 / U14 / U16).

Pour les plus jeunes, elle permet de découvrir les différentes disciplines de l'athlétisme par une approche ludique multidisciplinaire et par des jeux de motricité et de coordination.

Pour les plus grands, elle permet de découvrir les différentes disciplines de l'athlétisme et de participer à des compétitions sur piste, cross et route.

Les entraînements se déroulent :

- **les jeudis pour les Poussins (U12) (18h30 à 19h45) hors vacances scolaires**
- **les mardis et jeudis pour les Benjamins et Minimes (U14 /U16) (18h30 à 19h45) hors vacances scolaires.**

Les entraînements sont encadrés par **Hervé JACQUEMAIN** (entraîneur "1er degré -16 ans" en cours) et **Didier HUGUEL**. Ils seront aussi aidés par une personne du service des sports de la ville de Héricourt.

Les parents peuvent être sollicités pour certains entraînements.

Les entraînements ont lieu sur la piste du Mougnot ou sur le parcours de santé situé juste à côté pour les plus jeunes.

Pour les plus grands, des sorties en ville, en forêt et sur les routes de campagne peuvent être prévues si l'encadrement est suffisant.

Les **PO (U12)** seront sollicités afin de prendre part à des courses FFA sur piste, cross et/ou route et notamment les **Kids Cross et Kid athlé régionaux. Ce sont des objectifs ciblés du club.**

Les **BE et MI (U14 et U16)** seront sollicités afin de participer aux différents **championnats départementaux, régionaux... qui sont des objectifs ciblés du club** ainsi qu'à des courses FFA s'ils le désirent sur piste, cross et/ou route.

Reprise des entraînements :

- U12 : Jeudi 8 septembre
- U14/U16 : Mardi 6 septembre

#### Groupe « Compétition »

Destiné aux athlètes réguliers à partir de la catégorie **Cadet (U18)** souhaitant :

- S'entraîner 2 fois par semaine (mardi et jeudi) en club en réalisant du fractionné
- S'entraîner sur une séance seuil le dimanche matin en club.
- Ajouter une ou plusieurs séances perso de footing et renforcement musculaire hors club.
- Disputer les championnats de cross et /ou piste et / ou route et se classer.

Les horaires du mardi et jeudi sont calés à **18H45**, tandis que l'horaire du dimanche est calé à 9H30 sur toute la saison au stade du Mougnot. Cet horaire peut être décalé à 9h sur la période estivale à la demande de l'entraîneur.

Ce groupe sera géré principalement par **Eric LAUREILLARD** (entraîneur 1/2 fond en cours) secondé de **Christophe GRANDMAIRE**.

Si une personne au bout de quelques mois trouve encore ces entraînements trop durs, elle peut sans problème suivre les entraînements Hors-Stade Running par la suite.

Les entraînements ne s'arrêtent pas durant l'été !!!

### **Groupe « Hors-Stade Running » :**

Destiné aux athlètes à partir de la catégorie **Cadet** (U18) souhaitant :

- S'entraîner 2 fois par semaine (mardi et jeudi) en club en réalisant du fractionné adapté (nombre et intensité)
- S'entraîner sur une séance longue de footing le dimanche matin en club.

Les horaires du mardi et jeudi sont calés à **18H30**.

Ce groupe sera géré principalement par **Eric LAUREILLARD** (entraîneur 1/2 fond en cours) secondé de **Jean-Jacques POURCHOT**.

Si une personne désire s'investir plus en compétition, elle peut sans problème intégrer le groupe « Compétition ».

Les entraînements ne s'arrêtent pas durant l'été !!!

### **Groupe « Trail » :**

Ces entraînements sont destinés à partir de la catégorie **Cadet** (U18) à toute personne désirant participer à des courses nature, des trails ou des ultras.

Les entraînements trail sont encadrés par **Frédéric VANNSON (Entraîneur Hors-stade)**.

Les entraînements se déroulent tous les **mardis et les jeudis à 18h30** et le **dimanche à 9h**.

D'autres séances longues sont également planifiées lors des week-ends.

Les entraînements se déroulent sur le parcours de santé, sur les routes, le stade du Mougnot, en ville l'hiver et ... en montagne

Les entraînements ne s'arrêtent pas durant l'été !!!

### **Groupe « Joggeur » :**

Ces entraînements sont destinés à partir de la catégorie **Cadet** (U18) à toute personne désirant courir pour leur plaisir sans objectif de compétitions.

Les entraînements « joggeurs » sont encadrés par **Eric Laureillard**.

Le rendez-vous est au stade du Mougnot à **18h30 les mercredis**.

Les entraînements se déroulent sur le parcours de santé, sur les routes, le stade du Mougnot ou en ville l'hiver.

**Rappel** : les groupes n'étant pas figés, il est toujours possible de passer de l'un à l'autre en cours de saison.

Reprise des entraînements : Mercredi 7 septembre

## Catégories et licences

Types de licence	Catégories 2022	Année de naissance	Cotisation annuelle
<b>Athlé Découverte</b>	Eveils Athlétiques - U10 -2014 – 2016 : pas d'encadrement		
	Poussins (es) – U12	2011 – 2012	90 euros
<b>Athlétisme de Compétition (Piste / Route / Cross / Trail)</b>	Benjamins(es) – U14	2009 – 2010	90 euros
	Minimes – U16	2007 – 2008	90 euros
	Cadets (tes) – U18	2005 – 2006	90 euros
	Juniors – U20	2003 – 2004	90 euros
	Espoirs – U23	2000 – 2002	90 euros
	Séniors	1983 – 1999	90 euros
	Masters	1982 et avant	90 euros
<b>Athlé Santé/Loisir option running</b>	Toutes catégories à partir de cadet	2006 et avant	60 euros
<b>Encadrement</b>	Adultes	2006 et avant	60 euros

**Tarif familial** : une réduction de 3€ est appliquée à partir de la 2<sup>ème</sup> inscription concernant la même famille (ex. 2 inscrits = 3€ de réduction, 3 inscrits = 6€ de réduction, etc...) (famille vivant sous le même toit)

Le club est affilié à l'ANCV. Il est donc possible de régler votre licence en **chèque vacances**.  
Vous pouvez également financer votre inscription avec le **Coupon Sport**. Trois montants sont possibles : 10€, 15€ ou 20€.

Retrouvez toutes les informations sur : <https://www.ancv.com/le-coupon-sport>

Le club peut délivrer une attestation de licence afin de faire valoir vos droits auprès d'un CE.

### **Attention : Mise en place d'une date unique de début de saison (DUDS)**

La DUDS est fixée au **1<sup>er</sup> septembre**.

La date de changement de catégorie d'âge est fixée au **1<sup>er</sup> septembre**.

**Les saisons commencent le 1<sup>er</sup> septembre et se terminent le 31 août. Elles se dénomment saison 2022-2023, saison 2023-2024...**

A titre transitoire, les championnats de France prévus sur cette fin d'année 2022 restent des championnats 2022.

Tous les championnats de la saison 2022-2023 devront se dérouler avant le 31 août 2023.

### **Assurances responsabilité civile (Article L 321-1, L 321-4, L 321-5, L 321-6 du Code du Sport)**

Les Sports Généraux Héricourt section Athlétisme ont souscrit auprès de la Fédération Française d'Athlétisme, une assurance Responsabilité Civile, garantissant la responsabilité du Club, des bénévoles, salariés et licenciés ainsi que toute personne prêtant son concours à l'organisation de manifestation.

L'assurance individuelle Accident et Assistance est automatiquement souscrite pour chaque athlète adhérent aux SG Héricourt Athlétisme.

## Compétitions

La participation aux compétitions est indispensable à la valorisation du club et à la prise en compte de l'investissement de son encadrement. Pour les épreuves par équipe, c'est aussi permettre aux autres athlètes de réussir le meilleur résultat collectif possible. Il est donc souhaitable de respecter le minimum de participations suivant :

- **Licences « découvertes »**

Eveils athlétiques (U10) : **4 kid cross et/ou kid athlé et/ou animation**

**Compétitions ciblées** : 10Km de Héricourt, Kid athlé et Kid cross organisés par les SGH, le kid cross régional, le kid athlé régional.

Poussins(es) (U12) : **6 épreuves**

**Compétitions ciblées par le club**: 10Km de Héricourt, Kid athlé et Kid cross organisés par les SGH, les championnats départementaux de cross, les championnats départementaux sur piste, le kid cross régional et le kid athlé régional.

- **Licences « compétition »**

Benjamins(es) (U14) et Minimes (U16) : toutes les épreuves par équipe, les qualifications régionales, les championnats

**Compétitions ciblées par le club** : les championnats départementaux de cross, les championnats régionaux de cross, les championnats départementaux sur piste et les championnats régionaux sur piste.

Toutes catégories à partir de cadets(tes) (U18) : les championnats, les courses labellisées (route...) et les épreuves par équipe.

- **Licences « Loisir »** : pas de contrainte de participation

Depuis plusieurs années, le comité et les entraîneurs constatent un fort absentéisme des jeunes (**catégories Eveil athlé à Minime**) aux compétitions ainsi qu'une absence de réponse aux mails pour la présence ou l'absence de l'athlète à ces mêmes épreuves.

**En cas d'absence à l'une des compétitions ciblées, l'athlète pourra être exclu une semaine des entraînements la 1<sup>ère</sup> fois, un mois pour la 2<sup>ème</sup> compétition manquée puis la licence pourra ne pas être renouvelée l'année suivante.**

**Tous les athlètes doivent être conscients de l'importance des points FFA et chacun doit s'efforcer de se « classer ».**

**Le classement du club dépend non seulement de la valeur mais aussi de la participation de tous les athlètes.**

**Le niveau des subventions reçues par le club ainsi que les aides qui vous sont apportées varient suivant les résultats.**

**Pour que les points soient comptabilisés, l'athlète doit réaliser 2 fois une performance de même niveau.**

Tout athlète participant à une épreuve, obtient en fonction de la performance qu'il réalise, un niveau de classement (suivant un barème fédéral) et selon ce niveau, un certain nombre de points.

Il existe 5 catégories de classement avec un total de 24 niveaux : INTERNATIONAL (A et B), NATIONAL (1, 2, 3, 4), INTERREGIONAL (1, 2, 3, 4), REGIONAL (1, 2, 3, 4, 5, 6), DEPARTEMENTAL (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8).

## Comité et officiels

### Le comité :

**Président** : ERNEWEIN Thierry

**Vice-Président** : GRANDMAIRE Christophe

**Secrétaire** : SCHNEYLIN Laurent

**Secrétaire adjoint** : VOIDEY Emmanuel

**Trésorier** : GODDEN David

**Trésorière adjointe** : JACQUEMAIN Marie Pierre

BERRA Maxime

CLAUDEL Marine

CLAUDEL Thierry

HOUZER Claudia

HUGUEL Didier

JACQUEMAIN Hervé

JACQUEMAIN Romain

LAHEURTE Jean-Claude

LAMBOLEY Jean

LAUREILLARD Eric

MARCHE Thibault

PAGET Bernard

PETRIGNET Karine

PETERSCHMITT Julia

THUILLIER Cyril

### Les officiels :

- ❖ 1 juge arbitre : Laurent **SCHNEYLIN**
- ❖ 3 starters : Thierry **CLAUDEL**, Thierry **ERNEWEIN** et Hervé **JACQUEMAIN**
- ❖ 3 chronométreurs : Dominique **QUETIN**, Christelle **MISSEY** et Laurent **SCHNEYLIN**,
- ❖ 1 juge saut : Laurent **SCHNEYLIN**.
- ❖ 4 délégués anti dopage : Valérie **DUBREUIL**, Thierry **ERNEWEIN**, Hervé **JACQUEMAIN** et Karine **PETRIGNET**.
- ❖ 2 officiels LOGICA : Jean **LAMBOLEY** et Laurent **SCHNEYLIN**
- ❖ 1 Dirigeant 1<sup>er</sup> degré : Thierry **ERNEWEIN**
- ❖ 2 entraîneur 1<sup>er</sup> degré Demi-Fond/Marche : Eric **LAUREILLARD** et Laurent **SCHNEYLIN**
- ❖ 4 entraîneurs adjoint hors-stade : Thierry **CLAUDEL**, Denis **DUBREUIL**, Thierry **ERNEWEIN** et Laurent **SCHNEYLIN**.
- ❖ 1 secrétaire Informatique de compétition : Laurent **SCHNEYLIN**

## Maillot du club

Il est demandé à tout adhérent du club qui participe à une compétition, le port du maillot afin de représenter le club. Nous rappelons aux licenciés F.F.A. participant à un championnat, qu'ils encourent une disqualification s'ils ne portent pas le maillot du club.

Ce maillot peut être acquis gratuitement auprès des responsables des équipements : **Christophe GRANDMAIRE** et **Thierry CLAUDEL**.

Concernant les catégories Eveil athlé (U10) et Poussin (U12), les maillots sont gérés par les entraîneurs qui les prêteront avant chaque compétition et les récupéreront après.

En cas de perte l'adhérent devra acquérir un nouveau maillot pour un montant de 25€ pour un débardeur et 31€ pour un maillot (cadets à vétérans).

**Les couleurs du club sont : noir - vert - orange.**

### Particularités concernant les coureurs sur route

Les coureurs sur route pourront porter le maillot de leur choix sur toutes les courses non classantes, mais devront se conformer à l'obligation de port du maillot du club pour toutes les courses officielles (sauf dérogation accordée par le Comité Directeur).

## Frais de déplacement

Pour tous les championnats hors département (avec minimas de qualification), les SGH Athlétisme se chargeront de l'organisation du déplacement (car, minibus ou voitures particulières). Au cas où des athlètes devraient se déplacer par leurs propres moyens et sous réserve que le covoiturage soit optimisé (au moins 2 compétiteurs par véhicule), il sera possible (après accord du Comité Directeur) d'obtenir une indemnisation selon le barème suivant :

- Déplacement : 0,35 €/km trajet AR + autoroute (justificatifs)
- Chambres d'hôtel et repas : 75 € maxi
- Repas seul : 20 € maxi

En cas d'abandon de ces frais de déplacements, le club pourra vous délivrer (à votre demande) une attestation fiscale de don suivant les kilomètres parcourus.



# SPORTS GENERAUX HERICOURT

## Section Athlétisme

### Note d'informations 2022



Chaque athlète des SGH Athlétisme s'engage à avoir un comportement sportif :

- 1 - à respecter les dirigeants, les entraîneurs, les partenaires, les juges ainsi que les autres athlètes et le public.
- 2 - à respecter les installations, le matériel et les équipements sportifs.
- 3 - à respecter les horaires et les séances d'entraînement.
- 4 - à être présent et à se sentir impliqué lors des compétitions auxquelles il participe, et prévenir son entraîneur ou un dirigeant en cas d'absence.
- 5 - à respecter l'association en réglant sa cotisation dans les délais.

◆ **Le respect des personnes dirigeants, entraîneurs, partenaires, juges, athlètes et le public :**

Il est applicable à tous les instants, dans le cadre de l'activité « course à pied », à l'extérieur comme à l'intérieur du stade.

Ce respect devra se manifester en premier lieu par le salut de toutes les personnes présentes, par la politesse et l'absence de violence verbale ou physique.

◆ **Le respect des installations, du matériel et des équipements sportifs :**

- toute dégradation volontaire sera sévèrement sanctionnée.
  - chacun est tenu de veiller à la propreté des lieux utilisés.
  - sur la piste : toute projection (cailloux, boules de neige, sable ou autre projectile...) est interdite, ainsi que les ballons.
- D'autre part, les vélos et tout autre moyen de locomotion motorisé ou non sont absolument interdits.

◆ **Le respect des séances d'entraînement :**

Chaque athlète doit être assidu et se sentir impliqué lors des séances d'entraînement.

Il implique de respecter :

- **les horaires** : la responsabilité des entraîneurs est engagée dans le créneau horaire défini.
- Les parents doivent accompagner leurs enfants et revenir les chercher auprès de l'entraîneur dans le stade. En cas d'absence imprévue d'un entraîneur les parents seront prévenus par mail et un remplaçant pourra être nommé pour assurer exceptionnellement, l'entraînement au stade.
- **La tenue** : veiller à avoir une tenue adaptée à la pratique de l'athlétisme et aux conditions climatiques (signe de la réelle implication de l'athlète et de son engagement)
  - **Les consignes des entraîneurs** : contenu des séances, parcours empruntés.
  - **Les consignes de sécurité** : port des chasubles et/ou brassards lors des entraînements nocturnes, courir du côté droit de la chaussée et respecter le code de la route.
  - **Les consignes lors de l'échauffement et de la récupération** : libérer les couloirs 1 et 2 (intérieur) de la piste.

◆ **Les compétitions :**

L'athlète pourra être amené à faire des compétitions selon les objectifs fixés prioritairement :

- 1 - Par le club.
- 2 - Par les entraîneurs.

3 - Par l'athlète lui-même.

Concernant les objectifs du club : à chaque début de saison, le club fixera des objectifs précis, ce qui impliquera un engagement individuel et/ou collectif.

Afin de soulager l'association, les parents des jeunes devront assurer un certain nombre de déplacements les jours de courses, et ceci à la demande (orale et par mail) de l'entraîneur de l'équipe concernée. Les frais kilométriques seront pris partiellement en charge par le club dans le cas de championnat.

Le club compte sur la compréhension des parents sur ce point.

#### ◆ **Respecter le délai de règlement de la licence :**

L'athlète (ou ses représentants légaux) s'acquittera du prix de la cotisation d'adhésion à l'association Sports Généraux d'Héricourt Section Athlétisme, le montant sera revu chaque année.

La licence sera demandée par le club à la F.F.A. après que chaque athlète ait rempli les conditions suivantes :

- bordereau d'adhésion.
- présentation du certificat médical.
- règlement de la cotisation.
- autorisation parentale.
- une photocopie d'une pièce d'identité (pas pour les renouvellements de licence).

#### ◆ **Les nouveaux arrivants**

Le club propose une période d'essai de 1 à 2 semaines avec la présentation d'un certificat médical. Pour les mineurs, une attestation parentale devra être signée.

Au-delà de cette période, une adhésion au club sera exigée.

#### ◆ **Les temps forts du club**

Chaque adhérent doit se sentir intégré au club des Sports Généraux Héricourt section Athlétisme par des droits et des devoirs. Pour cela nous demandons une participation active aux différentes manifestations organisées par le club.

1 - Pour l'athlète :

- le meeting d'athlétisme du club.
- le repas du club.
- les Kids organisés par le club.
- le test VMA organisé par le club.
- les 10 km d'Héricourt : pour les préparatifs et l'organisation de cette manifestation, la présence de chacun des membres du club est indispensable.
- et toute autre manifestation organisée exceptionnellement

2 - Pour le comité et les entraîneurs :

Ces personnes doivent être présentes aux réunions et participer activement à la vie du club lors des différentes manifestations.

#### ◆ **Autres équipements**

Le club participant aux frais d'acquisition vestimentaire (sweats, k-way, ou autre), les coureurs sont tenus de les porter aux différentes manifestations avant et après les courses.

Pour acquérir un de ces équipements contacter aux horaires d'entraînements le responsable des équipements **Christophe GRANDMAIRE** et **Thierry CLAUDEL**.

### ◆ **Dopage**

Tout athlète contrôlé positif, sera convoqué par le comité. Ce dernier prendra les décisions qui s'imposent.

Toute action grave telle que le vol, racket... sera portée à la connaissance de la justice, et ceci sans état d'âme de la part des dirigeants du club qui ont pour mission première  
**L'éducation sportive et humaine.**  
Le club dégage toutes responsabilités en cas de vol.

	<b>SPORTS GENERAUX HERICOURT</b> <b>Section Athlétisme</b> <b>Vous pouvez nous aider ...</b>	
---	--	---

Chers parents, chers licenciés, vous pouvez nous aider au fonctionnement du club.

Notre association sportive ne peut fonctionner que grâce aux bénévoles. La participation de chacun et chacune d'entre nous, ne serait-ce qu'une seule fois dans la saison, nous permettra d'offrir à toutes et à tous la qualité d'encadrement que nous attendons.

Votre aide peut être :

- La participation ponctuelle aux activités du Club.
- L'accompagnement des enfants lors d'un déplacement.
- Etre jury lors d'une compétition (il n'est pas nécessaire d'être « officiel » lors d'une compétition « jeunes).
- L'encadrement des jeunes lors des entrainements (même ponctuellement).
- Faire des gâteaux ou des crêpes pour une compétition.
- Tenir une buvette
- Prendre des photos et réaliser un article sur la compétition à laquelle votre enfant a participé
- ...

#### **Date importante :**

Les Sports Généraux Héricourt section Athlétisme organise le 2<sup>ème</sup> dimanche de décembre (**11 décembre 2022**)  
**« les 10Km d'Héricourt ».**

Cette manifestation est la principale ressource (financière, médiatique...) du club.  
**La mobilisation de l'ensemble des adhérents ainsi que des parents est fortement souhaitée.**