



Inscription pour l'année 2023-2024

Bonjour à tou(te)s les futur(e)s adhérent(e)s de la GV de Lagnieu !
Merci de prendre connaissance des renseignements ci-dessous afin de réaliser votre inscription.

Nous vous donnons rendez-vous à l'**Assemblée Générale** qui aura lieu le **mardi 19 septembre 2023 à 18h30 dans la salle derrière la mairie.**

Vous êtes également invité(e)s à venir nous rencontrer au Forum des Associations de Lagnieu le vendredi 8 septembre.

PLANNING DES COURS SAISON 2023-2024

Début des cours : lundi 11 septembre 2023 au gymnase de Lagnieu

Fin des cours : lundi 24 juin 2024

Lundi :

14h00-15h00 en salle 3 : Fitness avec Aurélie
15h05-16h05 en salle 4 : Bien vieillir avec Aurélie
18h05-19h05 en salle 2 : Step avec Bérénice
19h10-20h10 en salle 2 : Renfo-Cardio avec Bérénice

Mardi :

09h00 à 10h00 en salle 3 : Fitness avec Aurélie
14h00-15h00 en salle 3 : Stretching avec Céline

Mercredi :

09h-10h15 en salle 4 : yoga avec Hélène
19h10-20h10 en salle 3 : Renfo-Cardio avec Sophie

Jeudi :

09h00 à 10h00 en salle 3 : Pilates postural avec Aurélie
10h05 à 11h05 : Parcours oxygène avec Aurélie extérieur ou salle 3
14h00-15h00 en salle 3 : Gym douce avec Céline

**Cours également pendant
la 1^{ère} semaine des vacances de
Toussaint, Février et Pâques !**

**Impératif : avoir des baskets réservées
au sport en salle (semelles propres),
licence, serviette et bouteille d'eau !**

Depuis le 1er septembre 2022, **tous les licenciés** doivent remplir le questionnaire de santé ci-joint et attester auprès du club que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une **réponse négative**. A défaut, ils sont tenus de produire un **certificat médical** attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport, de moins de 6 mois. **Le questionnaire de santé est à compléter par les nouveaux licenciés et par ceux qui renouvellent leur licence.**

Tarifs 2023-2024 : Tarifs inchangés par rapport à l'an dernier

• Règlement par 1,2 ou 3 chèques à l'ordre de « ASCL GV Lagnieu » encaissés fin septembre, fin octobre et fin novembre 2023

Habitants de Lagnieu	soit 130 € ou 65 € + 65 € ou 50 € + 40 € + 40 €
Extérieurs de Lagnieu	soit 140 € ou 70 € + 70 € ou 50 € + 50 € + 40 €

Les chèques vacances sont acceptés !

Merci de nous retourner le **dossier complet** (fiche de renseignements complétée avec précision + règlement + attestation santé ou certificat médical).

Comment :

- lors du forum des associations le 8 septembre 2023
- à la mairie de Lagnieu (le déposer ou l'envoyer à :
ASCL GV Lagnieu, Mairie de Lagnieu, 16 rue Pasteur, 01150 Lagnieu)
- lors de l'AG du 19 septembre 2023 ou lors du premier cours à partir du 11 septembre 2023

Sportivement Vôtre
Le bureau de la Gym Volontaire de Lagnieu



Fiche de renseignements - Année 2023-2024

Date d'inscription :

Nom de jeune fille :

Nom marital :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe : Féminin Masculin

Adresse postale :

Adresse e-mail :

Téléphone portable :

Certificat médical : OUI NON

Besoin d'une attestation pour votre Comité d'Entreprise : OUI NON

J'autorise l'association à réaliser des prises de vues photographiques, des vidéos lors des cours ou manifestations. Les images pourront être utilisées directement par l'association sous toute forme et tout support à des fins de communication.

OUI NON

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur dont un extrait m'est remis ce jour et je m'engage à le respecter.

Règlement(s) : Chèque N°1 : _____ € Chèque N°2 : _____ € Chèque N°3 : _____ €

➤ Merci d'indiquer au dos du(es) chèque(s) le nom de l'adhérent(e) si différent de celui du(es) chèque(s)

RGPD : En cochant cette case, je reconnais avoir pris connaissance que l'association et la FFEPGV collectent et utilisent ses données personnelles dans le cadre de son contrat d'adhésion avec l'association et du contrôle de l'honorabilité lorsqu'il est nécessaire. Les données personnelles de chaque adhérent sont utilisées à des fins de gestion associative, mais également à des fins statistiques non-nominatives. Chaque adhérent est informé qu'il a un droit d'accès, de modification, d'effacement et de portabilité qu'il peut exercer sur ses données personnelles. Pour faire valoir ce droit, l'adhérent devra envoyer un e-mail à l'association à l'adresse suivante : gvlagnieu@outlook.fr ou un courrier à l'adresse de l'association.

Lu et approuvé, bon pour accord :

A LAGNIEU, le / /

Signature :

Questionnaire de santé EPGV pour le sportif majeur

Volet à conserver par le licencié

L'exercice physique pratiqué d'une façon régulière constitue une occupation de loisir saine et agréable. Beaucoup de personnes devraient augmenter leur niveau d'activité physique au quotidien, et ce tous les jours de la semaine. Mener une vie active est bénéfique pour la santé de tous.

Ce questionnaire vous dira s'il est nécessaire pour vous de consulter un médecin afin d'établir l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives.

S'il vous plait, répondez soigneusement et honnêtement à ces 6 questions : cochez Oui ou Non	OUI	NON
1) Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque, d'une d'hypertension artérielle, d'une affection de longue durée (ALD) ou d'une autre maladie chronique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Ressentez-vous une douleur à la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel au repos, une fatigue intense au cours de vos activités quotidiennes ou lorsque vous faites de l'activité physique?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liés à des étourdissement ou avez-vous perdu connaissance au cours des 12 derniers mois?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) 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"/>
NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié		

- Si vous avez répondu NON à toutes les questions ci-dessus, merci de remplir et signer l'attestation sur l'honneur ci jointe et la remettre à votre club.
- Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs des questions ci-dessus, votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous examine et vous délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club. Le certificat médical doit dater de moins de 6 mois.

Volet à remettre à l'association

ATTESTATION EN VUE DE L'OBTENTION OU DU RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE À LA FFEPGV

Je soussigné M/Mme :, né(e) le..... atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir répondu par la négative à l'ensemble des questions du questionnaire de santé.

Saison 2023/2024, Club EPGV.....(Nom du club à compléter)

A, le/...../.....

Signature

www.ffepgv.fr





ASSOCIATION SPORTIVE ET CULTURELLE DE LAGNIEU SECTION GYMNASTIQUE VOLONTAIRE (ASCL GV)

EXTRAIT DU REGLEMENT INTERIEUR

Conformément à l'article 5 des statuts de l'ASCL la section GV de Lagnieu possède son règlement intérieur validé lors de l'Assemblée Générale du 12/09/2019. Il sera remis à chaque nouvel adhérent et transmis par messagerie aux adhérents déjà inscrits.

La section Gymnastique Volontaire de l'ASCL LAGNIEU a pour but la pratique d'une activité physique et sportive de loisir et de bien-être permettant d'améliorer sa condition physique tout en se faisant plaisir.

La section, affiliée à la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) est constituée conformément aux dispositions de la loi du 1 juillet 1901.

La section s'autorise à ne plus prendre d'inscriptions au-delà d'un certain nombre de places définies en début d'année par le bureau ou à limiter l'accès à certains cours pour les derniers inscrits qui seront prévenus avant de valider leur inscription.

L'Association est assurée pour ses activités gymniques et décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol durant les séances de gymnastique quant aux objets personnels déposés dans les locaux mis à disposition.

L'âge minimum est de 16 ans révolus pour la pratique de la Gym Volontaire.

La section se réserve à tout moment, le droit d'ajouter, modifier ou supprimer des heures de cours sans devoir rembourser tout ou partie de la cotisation à ses membres.

Sont membres de la section les personnes licenciées à jour de leur cotisation et ayant validé le questionnaire santé ou en possession d'un certificat médical. Seuls les membres de la section peuvent participer aux cours de gymnastique. Un délai d'un mois est accordé pour la fourniture du certificat médical si celui-ci est nécessaire: au plus tard mi-octobre.

La cotisation est due pour l'année entière même en cas de départ ou arrivée en cours d'année.

La section se réserve la possibilité de proposer deux cours d'essai gratuits sous la responsabilité de la Fédération et chaque nouveau postulant est tenu de se présenter à l'animateur au début du cours.

Pour participer au cours chaque membre doit être présent au début du cours et :

* Avoir une tenue de sport adaptée (short, tee-shirt, jogging, chaussures de sport propres adaptées et réservées aux séances en salle) et une serviette. Une bouteille d'eau est fortement conseillée.

* Avoir sur lui sa licence FFEPGV (ou sa carte d'adhérent).

Pour des raisons de sécurité, il est fortement déconseillé de porter des bijoux.

Durant les cours les participants restent responsables des actes qu'ils font en dehors des indications des animateurs.

Les adhérents sont tenus de remettre en place de façon correcte les matériels mis à leur disposition. Votre inscription à l'association vaut acceptation du présent règlement.

Le bureau de la GV

ASCL GYM VOLONTAIRE
DE LAGNIEU
Mairie - 16, rue Pasteur
01150 LAGNIEU
SIRET 779 338 714 000 16 - Code APE 9312Z