

Nom :	Prénom :	Sexe F ☐ M ☐
Date de naissance : / /	Lieu de naissance :	
Adresse :		
Code postal :		

Pour prévenir en cas d'annulation d'activité et de nécessité :

Numéro de téléphone mobile :

Adresse mail en majuscules: @

L'absence d'adresse mail implique l'acceptation de ne pas être informé

Personne à prévenir en cas de nécessité : Lien :

Numéro de téléphone mobile :

Je m'inscris aux activités suivantes :

FITNESS	☐
COUNTRY	☐
YOGA	☐
RANDO/MARCHE	☐
ZUMBA	☐
SOPHROLOGIE	Semaines paires ☐
	ou Semaines impaires ☐
GYM AVEC CHAISE	Lundi ☐
	ou Mardi ☐
AQUAGYM (2 maxi)	Lundi 18h45 ☐
	Lundi 19h30 ☐
	Vendredi 17h15 ☐
	Vendredi 18h ☐
	Samedi 8h15 ☐
	Samedi 9h ☐

Cadre réservé au Bureau

Initiales

Date de l'inscription : / /

Montant à régler

Mode règlement :

☐ **Chèques (3 maxi)** Nom si différent

Chèque 1 Chèque 2 Chèque 3

☐ **Chèques Vacances.** Montant :

☐ **Chèques Séniors.** Montant :

Employé municipal de Dunkerque : ☐

☐ Je certifie sur l'honneur que mon état de santé actuel ne présente pas de contre-indication à la pratique des activités choisies.

J'accepte de figurer sur les photos prises lors des activités à des fins de promotion de l'Association
oui ☐ non ☐

☐ Je m'engage à respecter le(s) règlement(s) joint(s) (à signer).

Date et signature obligatoire de l'adhérent (ou des parents pour les mineurs) :

Gestion des cours

L'association se réserve le droit d'apporter toute modification ou annulation de cours durant la saison sportive.

- Les activités peuvent se pratiquer en illimité, sauf l'aquagym au tarif spécifique pour 1 ou 2 cours.
- La gym avec chaise et la sophrologie nécessitent une inscription spécifique en fonction du jour ou de la semaine.
- Aucun cours n'est dispensé pendant les vacances scolaires de Noël.
- Aucun cours n'est dispensé dans les maisons de quartier pendant toutes les vacances scolaires.
- En cas d'absence d'une animatrice ou d'un animateur, tout est mis en œuvre pour trouver un(e) remplaçant(e). Néanmoins le cours est assuré selon la propre façon de travailler de la remplaçante ou du remplaçant. Il est à souligner que l'Association n'est pas toujours en mesure, pour de multiples raisons, d'assurer ces remplacements.
- Aucun remboursement de cotisation ne sera effectué, quelles que soient les raisons de l'annulation.
- Les activités de sophrologie, de gym avec chaise et d'aquagym sont sur inscription préalable et il est obligatoire de respecter les créneaux choisis, Tout changement doit faire l'objet d'un accord du Bureau.

Respect des personnes

- Membres du Bureau, éducateurs sportifs, adhérents et personnels des structures d'accueil ont droit au même respect.
- Toute demande, réclamation ou suggestion doit se faire par courriel à : adherent@smps-ged.com

Respect des locaux et des matériels

- Seules les baskets, ballerines et chaussures de danse sont autorisées dans les salles de sports ou maisons de quartier, sauf autorisation particulière préalable.
- Par mesure de propreté et d'hygiène, pour les activités sur tapis de sol, les chaussures ou baskets sont interdites, sauf autorisation particulière préalable. Prévoir d'apporter son tapis et sa serviette

Le Bureau se réserve le droit d'exclure du SMPS GED toute personne ne respectant pas le présent règlement, sans remboursement de cotisation.

☐ ***Je m'engage à respecter le présent règlement.***

Nom :

Prénom :

Date et signature de l'adhérent ou adhérente (ou des parents pour les mineurs(e)s)

A, le

Signature :

Le règlement piscine vient en complément du règlement général.

Gestion des cours

- Il n'y a pas de cours d'essai hormis la première semaine : une fois la cotisation réglée, aucun remboursement ne sera effectué.
- Les cours d'aquagym ne sont pas assurés pendant les périodes de vacances scolaires.
- La présence dans les bassins avant ou après les cours est strictement interdite.
- L'accès au local du matériel est réservé aux animateurs.
- L'entrée dans l'eau ne peut se faire qu'après l'autorisation de l'animateur.

L'association se réserve le droit d'apporter toute modification ou annulation de cours durant la saison sportive.

Gestion des vestiaires

- Les vestiaires sont collectifs, femmes ou hommes.
- Par mesure d'hygiène, les chaussures doivent être enlevées avant d'entrer dans les vestiaires.
- Il est interdit de verrouiller les vestiaires de l'intérieur.
- Il est interdit d'utiliser les toilettes pour se changer.
- Aucune affaire personnelle ne doit rester dans les vestiaires : les emporter au bord du bassin.

L'Association se réserve le droit d'exclure du SMPS GED toute personne ne respectant pas le présent règlement, sans remboursement de cotisation.

☐ ***Je m'engage à respecter le présent règlement.***

Nom :

Prénom :

Date et signature de l'adhérent ou adhérente (ou des parents pour les mineur(e)s)

A, le

Signature :

Conseils et règles pour une randonnée en sécurité

S'équiper :

- Chaque participant doit emporter avec lui le matériel adapté à la progression de la randonnée : Chaussures adaptées à la marche, bâtons de marche, sac à dos avec vêtement de pluie, chapeau ou casquette en fonction de la météo, de l'eau et encas (fruits secs, amandes, etc...)
- Prévoir carte d'identité et carte vitale internationale en cas de sortie du territoire (Belgique)

Un gilet de sécurité (Rouge) avec le Logo SMPS-GED vous sera remis à chaque randonnée, afin d'être plus visible sur les routes empruntées par les autres usagers. Il est obligatoire.

Se comporter :

- Lorsque vous participez à nos randonnées, vous marchez en groupe et non en individuel. Il convient de préciser pour les personnes marchant en tête, que des regroupements sont parfois nécessaires, attendre le reste du groupe au croisement suivant est la règle générale.
- En ville, marche sur le trottoir et en campagne, marche en file indienne sur la droite de la chaussée dans le sens de la marche.
- Lors de traversée d'une route importante, respecter les indications de l'animateur et attendre son signal pour traverser.
- Suivez les consignes et les recommandations des animateurs au départ comme en cours de randonnée.

Les animateurs sont en possession d'une trousse de secours en cas de blessure légère.

S'adapter :

- A l'évolution des conditions de pratique (météo, terrain) et aux informations rencontrées (zone protégées, circulation, autres usagers)
- Chacun gère son effort et s'hydrate ou s'alimente en fonction de ses besoins.
- Le randonneur doit respecter les lieux et les chemins en emportant ses déchets personnels, mais aussi en s'abstenant de détériorer la végétation.

Attention ! En cas d'alerte météo Orange ou Rouge la randonnée serait annulée ! Vous en serez informé par mail ou Sms.

Les animateurs bénévoles et les randonnées :

- Les circuits de randonnée sont organisés par les animateurs bénévoles. Ils sont au nombre de 3 ou 4 en fonction des dispo de chacun et vous accompagnent sur les lieux de randonnées. Celles-ci ont été préparées à l'avance (repérages systématiques).
- Il n'est pas toujours aisé de trouver un kilométrage exact, mais nous essayons d'être précis au maximum. Certaines randonnées seront proposées avec deux distances : 5/6 Kms et 9/10 Kms +ou-, chacun pourra faire en fonction de ses capacités. Des animateurs seront toujours avec vous.
- Un calendrier est établi pour un trimestre à la fois avec : le lieu, la distance, et les différents terrains rencontrés et le dénivelé. Il est disponible sur le site de la GED.
- Les randonnées sont, le plus souvent possible, organisées sur des chemins parfois caillouteux et boueux en fonction de la météo, des sentiers forestiers, communaux, des dénivelés, des dunes, etc..... Le but de ces parcours est de proposer une variété de paysages, de sortir des chemins battus en évitant le plus possible les voies à grande circulation.
- Plusieurs fois dans l'année, la randonnée sera proposée avec une sortie culturelle.

☐ **Je m'engage à respecter la présente charte.**

Nom :

Prénom :

Date et signature de l'adhérent ou adhérente (ou des parents pour les mineur(e)s)

A, le

Signature :