FOULEES DE SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

Maison des Associations 3, Rue de la République 78100 Saint-Germain-en-Laye
http://www.fouleesdesaintgermainenlaye.com/

BULLETIN D'INSCRIPTION 2023-2024
ADULTES (Du 1er septembre 2023 au 31 août 2024)

Adhérent / Adhérente

NOM ..... PRENOM .....……..

Date de naissance ……..…….…….. Nationalité …….……..……

Adresse ……..

N° Téléphone (fixe ou portable) .....……

Adresse e-mail ……..…….....

Numéro de licence (si déjà licencié)..... Taille du Maillot pour les nouveaux adhérents S M L XL

J'accepte **l'Assurance Individuelle Accident** proposée par la FFA dont le coût est inclus dans la licence :

☐ OUI ☐ NON

Cotisation

Cochez la section correspondant à votre choix (*se référer à* ***l'annexe 1*** ***) :***

*NB : *Attention, si vous venez d'un autre club, nous ne prenons pas en charge les frais de mutation demandés par la FFA sauf niveau requis pour prise en charge (se rapprocher du Club)*

La licence est intégrée au coût de la cotisation.

SECTION	Nouvelle Adhésion incluant le maillot du club	Renouvellement (pour les licenciés 2022-2023)
Section TRAIL	☐ **210 €***	☐ **180€***
Section ROUTE / DEMI-FOND Groupe Compétition	☐ **210 €***	☐ **180 €***
Section ROUTE / DEMI-FOND Groupe Perfectionnement	☐ **210 €***	☐ **180 €***
Section LOISIRS	☐ **210 €***	☐ **180 €***
Section SPRINT	☐ **250 €***	☐ **220 €***

Documents à fournir pour l'inscription

1/ Ce bulletin dûment rempli 2/ Le Paiement en ligne sur Pay Asso ou par chèque à l'adresse du Club / 3. Un certificat médical datant de moins de 6 mois attestant que le titulaire ne présente pas de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition ou le questionnaire de santé pour les renouvellements (si NON à toutes les questions et si le certificat est encore valable (3 ans de validité)

Date…… **Signature**……

En souscrivant une licence au sein des Foulées de Saint-Germain-en-Laye, vous autorisez l'utilisation de l'image (images, vidéos...) et du nom de l'athlète engagé dans le cadre de son activité sportive au sein du Club afin d'assurer la promotion des Foulées de Saint-Germain-en-Laye et de l'athlétisme.

Conformément à la loi « informatique et liberté » du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles y compris les images vous concernant. Vous pourrez exercer ce droit auprès du secrétariat des Foulées de Saint-Germain-en-Laye

ANNEXE 1.

SECTIONS ET HORAIRES D'ENTRAINEMENTS

SECTION	DEMI-FOND / ROUTE - PERFECTIONNEMENT
ENTRAINEUR	MIGUEL – JEAN-FRANCOIS
PROFIL	Coureur souhaitant trouver dans le cadre de la pratique du demi-fond/de la route un suivi, des conseils, une orientation, un échange avec un référent technique. Athlète ne souhaitant s'astreindre à un calendrier fermé dans sa pratique annuelle. Séances d'une heure environ **Du 800m au Semi-Marathon - Pour tous niveaux (sauf débutants ou loisirs)**
CATEGORIE	ES - SE - VE
HORAIRES	**Mardi 19H00-20H30** **Jeudi 19H00-20H30** **Dimanche 09H00-10H30**

SECTION	DEMI-FOND / ROUTE - COMPETITION
ENTRAINEUR	MIGUEL
PROFIL	Coureur prêt à s'astreindre à une pratique plus rigoureuse, dédiée à un objectif de progression et des orientations sportives et spécifiques réfléchies et validées par le corps technique. Il s'engage à pouvoir assurer une présence aux horaires d'entraînements. Séances d'1,5h à 2 heures environ **Du 800m au Semi-marathon - Pour tous niveaux (sauf débutants ou loisirs)**
CATEGORIE	CA - JU - ES - SE - VE
HORAIRES	**Lundi 18H30 -20H00** **Mardi 18H30 -20H00** **Jeudi 19H00 - 20H30** **Samedi 11H00-12H15** **Dimanche 09H00-11H00**

SECTION	TRAIL
ENTRAINEUR	STEPHANE
PROFIL	Coureur souhaitant progresser dans sa pratique du trail/course nature. Séances d'1 heure 30 environ en semaine et parfois plus sur des sorties longues en semaine Du Trail court à l'UltraTrail **Pour tous niveaux (mais nécessitant déjà une pratique confirmée de la course sur route/demi-fond**)
CATEGORIE	ES - SE - VE
HORAIRES	**Mardi 19H00-20H30** **Jeudi 19H00-20H30** **Dimanche 09H00-11H30**

SECTION	LOISIRS
ENTRAINEUR	DAVID
PROFIL	La section loisirs accueille les débutants ou coureurs occasionnels souhaitant s'initier ou progresser individuellement et en groupe dans la pratique de la course à pied. Lors de son arrivée au sein de la section loisirs, la pratiquante ou le pratiquant est en mesure de courir 30 à 40 minutes à allure modérée et sans essoufflement. Des séances d'essai sont proposées à celles et ceux qui le souhaitent lors des premiers entraînements. **Niveau débutant ou coureur occasionnel - Profil non-compétiteur**
CATEGORIE	ES - SE - VE
HORAIRES	**Mardi 19H00-20H00** **Jeudi 19H00-20H00**

SECTION	SPRINT
ENTRAINEUR	THIERRY
PROFIL	Sprint court ou long - Tous niveaux
CATEGORIE	CA - JU - ES - SE - VE
HORAIRES	**Lundi 18H30-20H00** **Mercredi 18H30-20H00** **Vendredi 18H30-20H00**