



LES RANDONNEURS DE L'ISOLE

Membre de la FEDERATION FRANCAISE de la RANDONNEE - N° 01402

Siège social : Mairie de Garéoult

Adresse postale : Jean-Pierre Lavigne - Président

538 B allée Alfred de Musset - 83136 Garéoult

☎ : 06 26 96 59 63

randonneurs.de.l.issolle@gmail.com

RENOUVELLEMENT d'ADHESION saison 2021-2022

Date limite de réinscription : le 30 octobre 2021

Nom : Prénom :

Date de naissance

(ne remplir qu'en cas de changement)

Adresse :

Téléphone : fixe.....portable

Email :@.....

Joindre à la présente : un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la randonnée pédestre.

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur du Club « Les Randonneurs de l'Issole » et l'accepte sans réserve.

Fait à le Signature :

Merci de compléter le bulletin ci-dessus en majuscules et l'adresser, accompagné du certificat médical, aux trésoriers :

Mme Pierrette LE CORRONCQ - Les Jardins de Léa 297D Maurice Bellonte 83136 Garéoult

Mr Salvatore CASANO - 13 chemin Georges Bizet 83136 Garéoult

Les règlements peuvent être effectués :

de préférence par virement, (Iban : FR 76 1910 6000 0206 1011 2000 529) ,

ou par chèque libellé à l'ordre du Club des Randonneurs de l'Issole.

Tarifs Saison 2021-2022

Prière de cocher dans la colonne correspondante le tarif choisi

Référence	Type de licence	Tarif FFRP	Montant annuel par adhérent			
			Tarif association R.I			
			sans Rando-Passion		avec Rando-Passio	
IR	Licence individuelle avec RC	25.85 €	43.85 €	<input type="checkbox"/>	51.85 €	<input type="checkbox"/>
IRA	Licence individuelle avec RC+AC (Recommandée)	28.00 €	46.00 €	<input type="checkbox"/>	54.00 €	<input type="checkbox"/>
IMPN	Licence individuelle multiloisirs pleine nature (RC+AC)	38.00 €	56.00 €	<input type="checkbox"/>	64.00 €	<input type="checkbox"/>
IRA ANP	Licence associative non pratiquant (RC+AC)	26.70 €	44.70 €	<input type="checkbox"/>	52.70€	<input type="checkbox"/>

RC : responsabilité civile - AC : accidents corporels

Les adhérents d'un autre club, affilié à la F.F.R.P, qui bénéficient déjà de la licence de la fédération, ne réglent que la cotisation de l'association s'élevant à : **18.00 €**

(1) L'abonnement à la revue « RANDO PASSION » pour 4 numéros annuels, est facultatif (dernière colonne du tableau)



LES RANDONNEURS DE L'ISOLE

Membre de la FEDERATION FRANCAISE de la RANDONNEE - N°

01402

Siège social : Mairie de Garéoult

Adresse postale : Jean-Pierre Lavigne - Président

538 B allée Alfred de Musset - 83136 Garéoult

☎ : 06 26 96 59 63

randonneurs.de.l.issolle@gmail.com

ADHESION ET RENOUVELLEMENT D'ADHESION POUR LA SAISON 2021-2022

Le certificat médical pour la randonnée pédestre

La randonnée est une activité physique d'intensité moyenne, présentant de multiples bienfaits :

- Lutte contre les maladies de la sédentarité et du vieillissement, en particulier contre la prise de poids et l'ostéoporose.
- Aide à la récupération lors de la convalescence de maladies graves, en particulier certains cancers.
- Création d'un lien convivial, dans une société où l'individualisme domine.

Cependant, la distance ainsi que le dénivelé de la randonnée peuvent nécessiter un effort dont la tolérance peut être mauvaise, avec des conséquences néfastes pour le randonneur et pour son groupe, d'autant que l'accident survient le plus souvent en pleine nature, loin de tout secours. D'où la nécessité d'évaluer avec votre médecin vos capacités et vos limites.

C'est pourquoi, la FFRandomnée a choisi d'appliquer la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé et ses décrets d'application, qui imposent aux fédérations sportives de nouvelles dispositions donnant une validité de 3 saisons sportives au certificat médical et facilitant le renouvellement des licences en permettant sous certaines conditions de ne pas présenter un nouveau certificat médical.

Voici donc les règles applicables pour toute pratique en club ou individuelle dans le cadre de la FFRandomnée depuis le 1er septembre 2017 quels que soient votre âge et la ou les disciplines pratiquées :

- **Première prise de licence** : pour toute première prise de licence, un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité sportive pratiquée, datée de moins d'un an au jour de la prise de licence, doit être fourni par le pratiquant. Sa durée de validité est maintenant de 3 saisons sportives, sous certaines conditions.
- **Renouvellement de licence** : durant la nouvelle période de validité de 3 saisons sportives du certificat médical, lors de chaque renouvellement de licence, le pratiquant doit répondre à un questionnaire de santé:
 - S'il répond « NON » à toutes les questions et qu'il l'atteste, il est dispensé de présentation d'un certificat médical.
 - S'il répond « OUI » à au moins une des questions, ou s'il refuse d'y répondre, il doit présenter à son club un certificat médical datant de moins d'un an au jour de la prise de licence.

7 QUESTIONNAIRE DE SANTÉ QS – SPORT



Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « QS – SPORT »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A 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...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<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 :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

ATTESTATION POUR LES PRATIQUANTS MAJEURS

Je, soussigné(e), Mme / M

Atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir

- Répondu NON à toutes les questions ; je fournis cette attestation à mon club lors de mon renouvellement de licence.
- Répondu OUI à une ou plusieurs question(s) ; je fournis un le certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive lors de mon renouvellement de licence.

DATE ET SIGNATURE

LE CERTIFICAT MÉDICAL DE NON-CONTRE INDICATION À LA PRATIQUE SPORTIVE REPLACÉ PAR UN QUESTIONNAIRE DE SANTÉ POUR LES MINEURS

Le décret n° 2021-564 du 7 mai 2021 prévoit donc qu'il n'est désormais plus nécessaire, pour les mineurs, de produire un certificat médical pour l'obtention ou le renouvellement d'une licence dans une fédération sportive ou pour l'inscription à une compétition sportive organisée par une fédération. La production d'un tel certificat demeure toutefois lorsque les réponses au questionnaire de santé du mineur conduisent à un examen médical, mais également pour les disciplines à contraintes particulières*.

- Consulter le décret : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043486809>
- Consulter le contenu du questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur qui se substitue au certificat médical : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043486824>

*Alpinisme, plongée subaquatique, spéléologie, disciplines sportives pratiquées en compétition, pour lesquelles le combat peut prendre fin par K-O, disciplines sportives comportant l'utilisation d'armes à feu ou à air comprimé, disciplines sportives pratiquées en compétition, comportant l'utilisation de véhicules terrestres à moteur, à l'exception du modélisme automobile radioguidé, disciplines sportives aéronautiques pratiquées en compétition, à l'exception de l'aéromodélisme, parachutisme, rugby à XV, rugby à XIII et rugby à VII.