

**Club Féminin
Beaumont-sur-Lèze**



**GV Estantens
Muret**

Partenariat 2024 / 2025

Fiche d'inscription au Club Féminin de Beaumont-sur-Lèze,
Réservée aux adhérents de la GV d'Estantens

Photo

- Nom :
- Nom de naissance :
- Prénom :
- Né(e) le : / / à
- Téléphone : / / /
- Portable : / / /
- Email :@.....
- Adresse :
- Code postal : Ville :

Merci de bien vouloir nous signaler rapidement tout changement de coordonnées

Pièces à fournir pour l'inscription :

- cette fiche d'inscription signée avec une photo d'identité
- la copie de la licence 2024/2025 **ou** une attestation de licence établie par la GV Estantens
- le paiement de la cotisation de **40 €** par chèque à l'ordre de « Club Féminin de Beaumont / Lèze »
- le volet - réponse du questionnaire de santé ci-joint **OU** un certificat médical si vous avez répondu « oui » à au moins une des questions de santé.

Le dossier complet est à remettre lors des cours à Sylvie Galéazzi

Je soussigné

- certifie avoir été informé que l'association et la FFEPGV collectent et utilisent mes données personnelles dans le cadre de mon contrat d'adhésion avec l'association : « *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 ou à la fédération à l'adresse suivante contact@ffepgv.fr »*

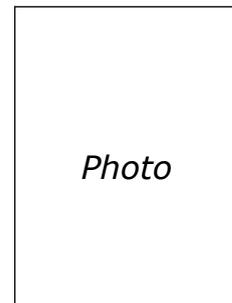
Date et signature :

Contact : Sylvie (06 18 22 52 85)



Partenariat 2024 / 2025

Fiche d'inscription à la GV d'Estantens,
réservée aux adhérents du club Féminin de Beaumont sur Lèze



- Nom :
- Nom de naissance :
- Prénom :
- Né(e) le : / / à
- Téléphone : / / /
- Portable : / / /
- Email :@.....
- Adresse :
- Code postal : Ville :

Merci de bien vouloir nous signaler rapidement tout changement de coordonnées

Pièces à fournir pour l'inscription :

- cette fiche d'inscription signée avec une photo d'identité
- la copie de la licence 2024/2025 **ou** une attestation de licence établie par le Club Féminin de Beaumont
- le paiement de la cotisation de **40 €** par chèque à l'ordre de « GV Estantens »
- le volet - réponse du questionnaire de santé ci-joint **OU** un certificat médical si vous avez répondu « oui » à au moins une des questions de santé.

Le dossier complet est à remettre lors des cours à Marie-Thérèse Brousses ou Viviane Festi

Merci de cocher ci-dessous :

- le ou les cours auxquels vous participerez,
- le ou les groupes d'info Whats'App dont vous souhaitez être membre :

	Gym Sport Santé mardi matin	Gym Pilates Fondamental mardi soir 30 personnes maxi	Gym Renforcement musculaire mardi soir	Gym Pilates Fondamental mercredi matin 30 personnes maxi	Gym Cardio Danse jeudi soir PROJET	Gym Pilates Intermédiaire jeudi soir 35 personnes maxi
Cours						COURS
Groupe d'info Whats'App						COMPLET

Je soussigné (e)

certifie avoir pris connaissance du Règlement Intérieur de la Gym Volontaire d'Estantens ci-joint et m'engage à le respecter.

certifie avoir été informé de l'existence d'une assurance optionnelle « I.A. Sport+ » .

certifie avoir été informé que l'association et la FFEPGV collectent et utilisent mes données personnelles dans le cadre de mon contrat d'adhésion avec l'association.

certifie avoir été informé qu'un protocole sanitaire pourra être mis en place par les autorités pour l'accès aux cours (retour du Pass sanitaire ou vaccinal par exemple) et que ces possibles changements ne seront pas un motif de remboursement de ma cotisation si cela advient.

Je m'engage à respecter toutes les consignes sanitaires données par l'association.

Date et signature :

Contact : Marie-Thérèse (06 71 14 99 87) ou Viviane (06 87 97 55 08)



Attestation de Licence

Je soussigné Viviane Festi, Présidente de la GV d'Estantens, certifie que

Mme / Mr.....

N° de licence :

mail (pour l'envoi des infos par le club d'accueil):

Est licencié au club GV d'Estantens (n°031 353) pour la saison 2024 / 2025.

Date :

Signature :



Attestation de Licence

Je soussigné Sylvie Galéazzi, Présidente du Club Féminin de Beaumont sur Lèze, certifie que

Mme / Mr.....

N° de licence :

mail (pour l'envoi des infos par le club d'accueil):

Est licencié au club Club Féminin (n°031 051) pour la saison 2024 / 2025.

Date :

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 plaît, 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.

A découper ✂

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 2024/2025, Club EPGV **GV Estantens** OU **Club Féminin** (*rayez la mention inutile en fonction du club où vous vous inscrivez*)

A, le / /

Signature



www.ffepgv.fr



Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire

46/48 rue de Lagny, 93100 Montreuil Tél : 01 41 72 26 00 SIRET : 302981 386 000 89

Fax : 01 41 72 26 04 NACE : 9312Z

Email : contact@ffepgv.fr

GV Estantens

Saison 2024 / 2025

Planning des cours à la salle des fêtes d'Estantens :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	10 h 30 à 11 h 30 GYM SPORT SANTE (senior) avec Céline Le RALLIER	10 h 45 à 11 h 45 PILATES fondamental avec Céline Le RALLIER		
	18 h 15 à 19 h 15 PILATES fondamental avec Céline Le RALLIER		18 h 15 à 19 h 15 CARDIO / DANSE PROJET	
	19 h 30 à 20 h 45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE avec Téo TERAB		19 h 30 à 21 h PILATES intermédiaire avec Fabrice BILLE COURS COMPLET	

[GV Estantens](#)

Club Féminin de Beaumont-sur-Lèze

Saison 2024 / 2025

Planning des cours à la salle A des Anciennes Ecoles :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9 h 30 à 10 h 30 Gym Senior avec Christiane BOUSQUET				
19 H 30 à 20 H 30 Gym Tonique / Renforcement musculaire avec Nathalie FRANQUES			20 H 30 à 21 h 30 Zumba ® avec Nora MARCHAND	

[GV Beaumont sur Lèze](#)

Saison 2024 / 2025



Règlement Intérieur Gymnastique Volontaire d'Estantens

Horaires des cours

- **Mardi de 10h30 à 11h30**
- **Mardi de 18h15 à 19h15**
- **Mardi de 19h30 à 20h45**
- **Mercredi de 10h45 à 11h45**
- **Jeudi de 18h15 à 19h15**
- **Jeudi de 19h30 à 21h**

Aucun cours n'est dispensé durant les vacances scolaires ou lors des jours fériés (sauf spécification particulière).

- Chaque **nouvel adhérent** a la possibilité de faire **2 cours d'essai gratuits** avant son inscription définitive. **Pas de cours d'essai pour une ré-inscription**
- Les participants doivent être âgés de plus de 16 ans pour adhérer à l'association.
- Tout membre de l'association doit être à jour de ses cotisations (y compris feuille d'inscription et **certificat médical**).
- Chaque adhérent sera équipé :
 - de chaussures de sport,
 - d'une tenue adaptée à la pratique de la Gym,
 - d'un tapis de Gym (et / ou d'une serviette)

et pensez à prendre une bouteille d'eau, il est important de s'hydrater pendant les cours.

- **La salle est exclusivement réservée aux adhérents de la gym.**
Les non licenciés ne sont pas admis dans la salle lors des cours.
- Pendant le cours : veillez à respecter les animateurs pendant leurs explications, elles sont importantes, entre autre, pour ne pas faire de faux mouvements.
- A la fin du cours : Rangez le matériel (les élastiques roulés et les poids dans les caisses appropriées).
- Si par erreur vous partez avec du matériel, merci de le ramener au cours suivant.
- Vous pouvez laisser vos tapis à la salle des fêtes dans le local fermé de la Gym
(prévoir éventuellement un marquage indélébile pour éviter les éventuels litiges d'appartenance...).
- **Le bureau décline toute responsabilité en cas de disparition de tapis ou autres problèmes.**
- **Les cours de GYM sont annulés lorsqu'il n'y a que deux adhérents de présents.**

Le Bureau.