

Le CAM Vallée du Cher-Controis

Un club intercommunal ouvert à tous!

Le CAM Vallée du Cher-Controis, c'est :

Le Club d'Athlétisme et de Marche nordique de la Vallée du Cher et du Controis
Le CAM Vallée du Cher et l'Eveil de Contres-Athlétisme viennent d'unir leurs moyens, leurs compétences pour mieux promouvoir le développement de l'Athlétisme et de la Marche nordique sur un large territoire autour des villes de Contres – Saint-Aignan – Selles sur Cher et Montrichard. En rejoignant le CAM Vallée du Cher-Controis, vous adhérez à un projet de Club, à des valeurs partagées par tous pour promouvoir la pratique de notre sport.

Dominique FOURNET
Président

Bienvenue dans votre club !

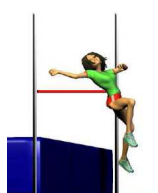
Les activités

↪ ATHLE JEUNES

- ↪ L'école d'athlétisme de 6 à 10 ans « Pour jouer à l'Athlé ! »
- ↪ Les Benjamins et Minimes de 11 à 14 ans « Pour apprendre à s'entraîner »

↪ ATHLE COMPETITION

- ↪ Les Cadets à Vétérans « Pour progresser ! »



↪ ATHLE RUNNING LOISIRS

- ↪ L'Athlétisme loisirs pour adultes « Pour pratiquer à son rythme ! »

↪ ATHLE SANTE LOISIRS

- ↪ La Marche Nordique pour toute la famille pour « Associer Sport et Bien être »



C'est aussi un club où l'ESPRIT D'EQUIPE est important !!!

Coté **COMPETITION**, pensez y,

A partir de Minimes.... ATTENTION POUR VOS VACANCES !

- ↪ **Vacances d'été** : La saison se termine mi-juillet, pour ceux qui se qualifieront à un championnat de France
- ↪ **Les autres vacances Toussaint, Noël, Février, Pâques** : Les entraînements peuvent continuer ! Les compétitions continuent !!
- ↪ **Vacances de Toussaint**: Le stage club à partir de benjamins (du 31/10 au 2/11 – dates à confirmer) – Saint-Aignan – préparatoire à la saison d'hiver
- ↪ **Vacances de Pâques** : Le stage club de LATHUS (Haute-Vienne) préparatoire aux Interclubs (date à fixer)
- ↪ **5 ou 6 mai et 19 ou 20 MAI 2012** : les championnats INTERCLUBS

Comment s'inscrire

Pour devenir membre CAM Vallée du Cher-Controis, vous devez renseigner et fournir les documents suivants :

↳ Le formulaire : BULLETIN D'ADHESION - AUTORISATION PARENTALE (-18 ans)

Ou Le formulaire : BULLETIN D'ADHESION - ENGAGEMENT « BENEVOLE ATTITUDE » (Adulte)

↳ **CERTIFICAT MEDICAL** (Voir modèle) **DATANT DE 3 MOIS MAXIMUM AU MOMENT DE LA PRISE DE LICENCE D'APTITUDE A L'ATHLETISME** précisant formellement « la non contre-indication de la pratique de l'Athlétisme en compétition » pour les licences Athlé Jeunes/Compétition/Running-Loisirs

Ou **D'APTITUDE A LA MARCHE NORDIQUE** (Voir modèle)

↳ **LA COTISATION**, suivant le type de licence et la catégorie

L'ensemble des documents est à retourner au plus tard **15 jours après la 1^{ère} participation aux activités du club**

LES COTISATIONS ANNUELLES – LICENCES 2011/2012

ATHLE JEUNES et ATHLE COMPETITION

EVEIL ATHLETISME	2003 - 2004	
POUSSINS	2001 - 2002	
BENJAMINS	1999 - 2000	52 €
MINIMES	1997 - 1998	

CADETS	1995 - 1996	
JUNIORS	1993 - 1994	
ESPOIRS	1990 à 1992	75 €
SENIORS	1973 à 1989	
VETERANS	1972 et avant	

ATHLE RUNNING LOISIRS Adultes 52 €

ATHLE SANTE LOISIRS
 MARCHE NORDIQUE Tout public 52 €

Location de bâtons possibles : 3€ par séance

REGLEMENT :

- ✚ Par chèque à l'ordre du **CAM Vallée du Cher-Controis**
- ✚ En 3 fois, en déposant les 3 chèques avec leur date d'encaissement
- ✚ Avec les bons CAF et/ou passeports temps libre

Assurances Complémentaires :

- ✚ Renseignements 06 76 96 30 94

NOUVEAUX LICENCIES

Maillots de club OBLIGATOIRE

Eveil d'athlétisme et Poussins :

10 €

Benjamins à Vétérans :

22 €

La cotisation sert à financer l'assurance individuelle accident – assistance, la licence OBLIGATOIRE (Parts FFA-Ligue du Centre et Comité Départemental d'Athlétisme) et le fonctionnement du club

Réduction de 10 € pour la 3^{ème} licence souscrite dans un même foyer.

LES SEANCES DE MARCHE NORDIQUE (Athlé Santé – Loisirs)

GROUPES	DUREE	ENTRAINEURS	JOURS ET HORAIRES	
Séance type	2 h 00	Marie-Claude DENIS	Mercredi	Départ 9h00
Initiation Séance courte	1 h 30	Dominique FOURNET	Samedi	Départ 14h30
Séance type	2 h 00	Sabine FOURNET	Dimanche	Départ 9h00

Les lieux de départ sont confirmés avant chaque séance et font l'objet d'une information via le site internet www.camvalleeducher.com

LES HORAIRES DES ENTRAINEMENTS (Athlé Jeunes/Compétition/Running Loisirs)

Contres – Stade/Gymnase – Reprise le 6 septembre 2011

GROUPES	ANNEES	ENTRAINEUR	JOURS ET HORAIRES	
Eveils d'Athlétisme	2003-2004	Romain MARDON	Mercredi	13h30 à 15h00
Poussins	2001-2002	Romain MARDON	Mercredi	15h00 à 16h30
Benjamins Minimes	1999-2000 1997-1998	Pascal CRIBELIER	Mardi Jeudi	18h00 à 19h30 18h00 à 19h30
Cadets à Vétérans <i>* Séance Stade ou « Côtes »</i>	1996 et avant	Pascal CRIBELIER	Mardi Jeudi	19h30 à 21h00 19h30 à 21h00
		Suivant programme	Dimanche*	10h00*

Montrichard – Stade/Gymnase – Reprise le 7 septembre 2011

GROUPES	ANNEES	ENTRAINEURS	JOURS ET HORAIRES	
Eveils d'Athlétisme Poussins	2003-2004	Jacques PASNON	Mercredi	15h30 à 16h30
	2001-2002	Frédéric DROUHIN Jacques PASNON	Vendredi	18h15 à 19h30
Benjamins <i>** A partir de BE 2ème année</i> Minimes	1999-2000	Séphora THOMAS	Mercredi** Vendredi	18h30 à 20h00
	1997-1998	Séphora THOMAS Guy HERVET		
Cadets à Vétérans	1996 et avant	Séphora THOMAS	Mercredi Vendredi	19h00 à 20h30 19h00 à 20h30
		Suivant programme	Dimanche*	10h00*

GROUPES « Running Adultes »	ANNEES	ENTRAINEURS	JOURS ET HORAIRES	
Cadets à Vétérans <i>* Séance Stade ou « Côtes »</i>	1996 et avant	Séphora THOMAS	Mercredi	18h30 à 19h30
		Françoise PASNON	Vendredi	18h00 à 20h00
		Suivant programme	Dimanche*	10h00*

Saint-Aignan – Stade/Gymnase – Reprise le 2 septembre 2011

GROUPES	ANNEES	ENTRAINEURS	JOURS ET HORAIRES	
Eveils d'Athlétisme Poussins	2003-2004 2001-2002	Hadrien GRODWOHL Thomas FUCHS	Vendredi	18h30 à 19h30
Benjamins Minimes Cadets à Vétérans	1999-2000 1997-1998 1996 et avant	Jean-Marie BIAUNIE Benjamin THOMAS	Mercredi Vendredi	18h30 à 20h00 19h00 à 20h30
Cadets à Vétérans <i>* Séance Stade ou « Côtes »</i>	1996 et avant	Suivant programme	Dimanche*	10h00*

GROUPES « Running Adultes »	ANNEES	ENTRAINEURS	JOURS ET HORAIRES	
Cadets à Vétérans <i>* Séance Stade ou « Côtes »</i>	1996 et avant	Patrick GRODWOHL	Lundi	18h30 à 20h00
		Gregory DELPOUYS	Mercredi	18h30 à 20h00
		Patrick GRODWOHL		19h00 à 20h30
		Patrick GRODWOHL	Vendredi	19h00 à 20h30
		Suivant programme	Dimanche*	10h00*

**FEUILLE A RETOURNER DANS LES 15 JOURS QUI SUIVENT LA 1^{ère} PARTICIPATION
Y COMPRIS POUR UN RENOUVELLEMENT
AVEC L'ENSEMBLE DES DOCUMENTS DEMANDES ET LA COTISATION**

BULLETIN D'ADHESION (Adultes)

NOM : Prénom : SEXE :

DATE DE NAISSANCE : LIEU : NATIONALITE :

ADRESSE :

ADRESSE ETUDIANT :

PROFESSION :

TELEPHONE(S): PORTABLE(S): EMAIL:

L'ENGAGEMENT « BENEVOLE ATTITUDE » (Adultes)

Lire attentivement, dater et signer. En cas de refus, rayer le point correspondant

Je, soussigné(e), :

- **M'engage à appliquer les principes de la « Bénévole Attitude » du CAM Vallée du Cher-Controis (décrits ci-dessous), à appliquer les statuts et règlements du club (Obligatoire)**
- **Accepte d'être pris en photo ou filmé** lors des entraînements, sorties, compétitions ou manifestations en lien avec la vie du club .J'accepte la publication d'images dans les médias ou dans tout autre dispositif à but non-commercial lié directement à la vie du club. Je note que la publication ne donne pas droit à rémunération.
- **Autorise l'utilisation des e-mails et N° de téléphones** notés ci-dessus
- **Déclare avoir pris connaissance des dispositions relatives à l'assurance LA SAUVEGARDE et des garanties optionnelles proposées (option 1 et 2) complémentaires à l'assurance individuelle accident de base et assistance (couvrant les dommages corporels auxquels peut les exposer la pratique de l'Athlétisme et de la Marche nordique) à laquelle j'ai souscrit en réglant la cotisation. (Obligatoire)**

Fait à le Signature.....

Le CAM Vallée du Cher-Controis, c'est aussi la « Bénévole Attitude » !

Les entraîneurs-officiels-dirigeants font vivre le club avec générosité. En participant vous aussi à sa vie, en acceptant de donner un peu de votre temps lors des manifestations, compétitions, et autres, vous appliquez le principe de base du club : la « **Bénévole Attitude** » :

C'est ce principe qui nous permet de proposer des tarifs de **licences aussi modestes**.

Etre membre du CAM Vallée du Cher-Controis, c'est appliquer le principe de la « Bénévole Attitude »
En acceptant de bénéficier des prestations bénévoles des entraîneurs-officiels-dirigeants pour un montant de licence annuel calculé au moins cher, je m'engage au moins une fois durant la saison sportive à aider le club lors d'une de ses organisations : **Trail et Rando de BEAUVAL, Corrida du Touraine Primeur, Kid'Athlé de Montrichard et de Contres, Interclubs benjamins de Saint-Aignan, Festival Sport Nature, Olympiades,...**

MESSAGE PARTICULIER AUX PARENTS D'ATHLETES : Afin de dynamiser l'Athlé Jeunes, l'Athlé Compétition, nous vous proposons d'aider 1 ou 2 fois par an au(x) transport(s) des jeunes à destination des animations/compétitions, et/ou, également de soutenir les organisations. Un petit questionnaire, à compléter, va nous aider à mieux cerner votre future contribution.

Je souhaite	faire	1	2	transport(s) sur le département
		1	2	transport(s)/voyage(s) en région
	Aider à	1	2	manifestation(s) aux stades ou hors-stades (buvette, secrétariat, juge, commissaires,...)

LE CERTIFICAT MEDICAL (Athlé Jeunes – Compétition, Athlé Running Loisirs)



Certificat Médical

pris en application des articles L. 231-2 et L. 231-3 du Code du Sport

(Licences Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Découverte et Athlé Running)

Je soussigné, Docteur : _____

Demeurant à : _____

Certifie avoir examiné ce jour M. / Mme / Melle : _____

Né(e) le : ____ / ____ / ____ Demeurant à : _____

Et n'avoir pas constaté, à ce jour, de contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition.

Je l'informe de l'intérêt de déposer auprès de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) une demande d'Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques en cas d'utilisation, même ponctuelle, de produits susceptibles d'entraîner une réaction positive lors d'un contrôle antidopage.

Fait à _____, le ____ / ____ / ____



Cachet du Médecin et Signature du médecin

LE CERTIFICAT MEDICAL (Athlé Santé Loisirs : Marche nordique)



Certificat Médical

pris en application des articles L. 231-2 du Code du Sport

(Licence Athlé Santé)

Je soussigné, Docteur : _____

Demeurant à : _____

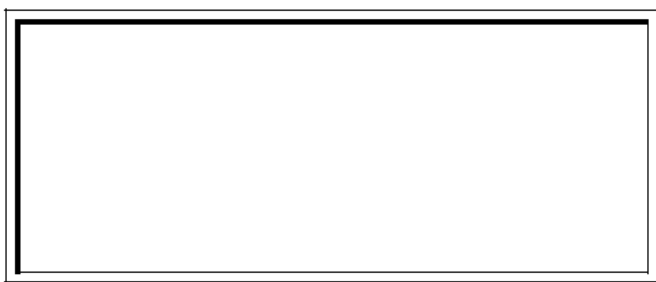
Certifie avoir examiné ce jour M. / Mme / Melle : _____

Né(e) le : ____ / ____ / ____ Demeurant à : _____

Et n'avoir pas constaté, à ce jour, de contre-indication à la pratique de :

La marche nordique

Fait à _____, le ____ / ____ / ____



Cachet du Médecin et Signature du médecin

L'EXAMEN MEDICAL (facultatif)

Un questionnaire proposé par la commission médicale de la FFA pour préparer votre visite médicale

Examen médical préalable à la prise de licence dans un Club

(Recommandé par la Commission Médicale de la FFA)

NOM : _____ Prénom : _____ Sexe : M F

Né(e) le : _____

Nombre d'heures de pratique sportive par semaine (y compris scolaires) : _____

Spécialités athlétiques pratiquées : _____

Niveau de performance :

Départemental

Régional

National

Questionnaire médical confidentiel à remplir par le sportif avant la consultation médicale

(Entourer la bonne réponse)

Avez-vous été hospitalisé dans les 5 années précédentes ?	OUI	NON
• Précisions (année et motif d'hospitalisation)		
Avez-vous déjà été opéré ?	OUI	NON
• Précisions (année et type d'opération)		
Etes vous soigné pour		
• Le cœur ?	OUI	NON
• La tension artérielle ?	OUI	NON
• Le diabète ?	OUI	NON
• Le cholestérol ?	OUI	NON
Prenez- vous actuellement des médicaments ?	OUI	NON
• Si oui, lesquels ?		
Prenez vous des vitamines ou des compléments alimentaires ?	OUI	NON
• Si oui, lesquels ?		
Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?		
Combien de verres de bières, vin ou autres alcool buvez-vous par jour ?		
Habituellement vous consultez votre médecin pour quels problèmes ?		
Avez-vous été blessé avec arrêt de l'activité sportive l'an dernier ?	OUI	NON
• Si oui, précisez ?		
Dans votre famille, y-a-t-il eu des accidents cardiaques ou des morts subites (même de nourrisson) avant 50 ans ?	OUI	NON
• Si oui, précisez ?		
A l'effort ou juste après l'effort, avez-vous déjà ressenti :		
• Une douleur dans la poitrine ou un essoufflement anormal ?	OUI	NON
• Des palpitations (sensation de battements anormaux) ?	OUI	NON
• Un malaise ?	OUI	NON
Avez-vous des allergies	OUI	NON
• Si oui, lesquelles ?		
Avez-vous déjà consulté un Cardiologue ?	OUI	NON
Date du dernier Electrocardiogramme ?		Résultat ?
Date de la dernière prise de sang ?		Résultat ?
Date de la dernière vaccination contre le tétanos ?		

Je soussigné (e) _____ certifie sur l'honneur l'exactitude des renseignements notés ci-dessus.

Date : _____

Signature :