



**C.O. GAP ORCIERES 1850**

La Luysanne  
18 av E DIDIER  
05000 GAP

Tel : 04 92 53 85 46  
skiclub-gaporcieres@orange.fr

## **BULLETIN D'INSCRIPTION 2018-2019**

**A retourner les 14.15.16 Novembre 2018 de 17h à 19 h au local du ski club**

**NOM :** ..... **Prénom** ..... **Né(e) le** ..... / ..... / ..... **Sexe :** ' M ' F

**Adresse :** .....

**Téléphone fixe :** ..... **Mobile** .....

**Email (très lisible) :** .....@.....

### **AUTORISATION PARENTALE (pour les mineurs) :**

Je soussigné(e), ..... père, mère, tuteur légal : autorise mon enfant désigné ci-dessus à suivre les entraînements sportifs dans le cadre du C.O. Gap Orcieres1850 et déclare avoir pris connaissance et accepter le règlement intérieur joint à la présente.

**Signature :**

### **Tarifs 2018-2019 :**

Catégories	Inscription Club 1 ou 3 chèques	Licence				Forfait Hiver 1 chèque	Forfait été hiver + piscine + patinoire
		RC DE BASE	RC + COMPLE- MENTAIRE OPTIMUM	RC+ COMPLE- MENTAIRE MEDIUM	RC + COMPLE- MENTAIRE MULTISPORT ANNUELLE		
<b>U20 U18</b>	501€ ou 3x167€		115.90€			249€	329€
<b>2003</b>	525€ ou 3x175€		115.90€			249€	329€
<b>2004 à 2008</b>	525€ ou 3x175€		90.90€			249€	329€
<b>2009</b>	480€ ou 3x160€		90.90€			249€	329€
<b>2010</b>	465€ ou 3x155€		90.90€			249€	329€
<b>2011-20012</b>	300€ ou 3x100€	33€		52.24€	75 €	249€	329€
<b>2013</b>	300€ ou 3x100€	33€		52.24€	75 €	126€	206€
<b>Dirigeants</b>	100€	63€	95.90€		75 €		

**Une assurance complémentaire Multisport couvrant toute la famille toute l'année est proposée au prix de 94 €**

**Toute inscription doit comporter :**

**1** - le présent bulletin **2** - un **certificat médical autorisant la pratique du ski en compétition pour les nouveaux inscrits. Pour ceux qui renouvellent leur inscription simplement le questionnaire de santé joint à remettre lors de l'inscription** **3** - une photo d'identité avec nom prénom et date de naissance au dos pour le forfait saison **4** - le règlement (coupon sport, chèque vacances acceptés) **5** - 2 enveloppes timbrées avec votre adresse personnelle (par famille)

### **Partie réservée au Club :**

Inscription	Licence	Forfait	Calendriers

**Assurance Complémentaire : Multi-Sports annuelle famille : 94 €** ☐

Les Chèques d'inscription seront encaissés en : novembre 2018 - janvier 2019 - mars 2019

**2018/2019****REGLEMENT INTERIEUR**Email : [skiclub-gaporcieres@orange.fr](mailto:skiclub-gaporcieres@orange.fr)Site : <http://www.skiclubgaporcieres1850.fr>

Téléphone répondeur du Club :04 92 51 50 04

---

**CONSTITUTION DES GROUPES**

Les groupes sont constitués par les entraîneurs suivant des critères d'âge, de niveau et de résultats.

Pour le Pré-Club, un niveau minimum est exigé :

- 2013 : 1 étoile
- 2012 : 2 étoiles
- 2011 : 3 étoiles
- 2010 et 2009 : flèche de bronze.

Les groupes sont évolutifs, la commission des entraîneurs pouvant être amenée à changer un skieur de groupe.

---

**ORGANISATION DES SORTIES**

Les départs et retours se font sur le parking à côté du local cours du Vieux Moulin.

	MATIN		APRES-MIDI	
	DEPART DU CAR	RETOUR DU CAR	DEPART DU CAR	RETOUR DU CAR
MERCREDI	8H00	14H00	12H30	18H
SAMEDI	8H00	14H00	12H30	18H

A partir du Mercredi 13 Mars 2019, les entraînements du pré club auront lieu le matin.

**Nous vous demandons d'être à l'heure à l'aller comme au retour par respect pour les bénévoles qui encadrent les enfants et ne peuvent les laisser sans surveillance.**

Nous vous rappelons que nous sommes un club de compétition et que la présence aux entraînements est fortement conseillée pour la bonne évolution des groupes et des enfants.

**En cas de temps incertain :**

Rendez-vous sur le site du club : <http://www.skiclubgaporcieres1850.fr> (si vous êtes inscrit sur le site, vous recevrez automatiquement un email d'information, nous vous conseillons vivement de le faire)

Attendre le départ du car au cas où il y aurait une annulation de dernière minute.

**En cas de déplacement individuel :**

La responsabilité du club n'est engagée qu'à partir du moment où l'enfant sous la responsabilité de ses parents a rejoint son groupe au départ de l'entraînement sur le front de neige (9 h 00 le matin - 13 h 45 l'après-midi) en se signalant à l'entraîneur.

Si vous voulez récupérer votre enfant en station, n'oubliez pas d'en avertir les entraîneurs.

**La cotisation comprend :****- Enfant né en 2011 et après :**

La licence carte neige loisir jeune de la FFS qui est obligatoire. Une assurance complémentaire fortement conseillée est proposée lors des inscriptions. Votre signature sur le bulletin d'inscription du club signifie que vous avez été informé de ceci.

**- Enfant né en 2010 et avant :**

La licence carte neige compétiteur optimum de la FFS qui est obligatoire. Votre signature sur le bulletin d'inscription du club signifie que vous avez été informé de ceci.

- Les sorties d'entraînement : 2 ou 3 demi-journées par semaine hors vacances,
- Le transport de Gap à Orcières 1850,
- L'entraînement avec un professionnel ou un moniteur fédéral au choix de la commission des entraîneurs,
- Les stages de Noël, Février et Avril s'il a lieu.

**Divers****Respect des installations et du matériel commun**

Afin de profiter le plus longtemps possible et dans les meilleures conditions du matériel mis à disposition par le club, le compétiteur s'engage à : prendre soin et utiliser dans les normes requises les skis et autres matériels (piquets, radio...), prendre soin des véhicules **et les laisser propre après chaque déplacement**, ranger et nettoyer le local à skis à chaque retour d'entraînement.

**Comportement.**

Le compétiteur est en contact avec un nombre important de personnes qui influencent ou facilitent la vie sportive. En conséquence, le compétiteur se doit d'avoir **une relation de politesse et de respect à tout moment et en tout Lieu**, particulièrement avec les dirigeants, les entraîneurs, les personnes du club, les camarades et parents du club, les personnels des différents organismes de la station, les camarades des autres clubs fréquentant la station, les clients de la station. Cette liste n'est bien sûr pas exhaustive.

#### **Hygiène de vie.**

La réussite sportive exige une hygiène de vie saine et orientée vers tout ce qui peut l'améliorer : temps de récupération et sommeil régulier, diététique adaptée, suivi médical, soins réguliers, etc...

Le compétiteur s'engage également à ne jamais utiliser de produits dopants.

**Est obligatoire** : Un certificat médical autorisant la pratique du ski en compétition pour les nouveaux inscrits. Pour ceux qui renouvellent leur inscription, compléter le questionnaire de santé joint au bulletin d'inscription ou fournir un nouveau certificat médical autorisant la pratique du ski en compétition tous les trois ans.

**Le casque homologué FIS est obligatoire, le port d'une protection dorsale homologuée ski et de taille adaptée est obligatoire pour tous les enfants du pré club et du club lors des entraînements et des compétitions.**

Les skis et chaussures doivent être dans des housses **marquées lisiblement au nom de l'enfant**.

L'adhésion au Ski Club, entraîne l'acceptation automatique du droit à l'image lié aux outils de communication propre au club (photos, calendriers, articles de presse, Facebook, etc....)

Lors des entraînements, prévoir un goûter et une boisson dans un sac à dos marqué au nom de l'enfant.

**En cas d'oubli du forfait, la station facture un forfait 3 heures qui vous sera refacturé.** Pensez à vérifier la présence du forfait de votre enfant dans sa tenue, particulièrement après un lavage.

Les transports sur les courses sont assurés par les entraîneurs ou par les parents si nécessaire

Des séances de fartage sont organisées le mardi soir et le vendredi soir. Pour la participation aux consommables (farts, limes, etc.), nous avons fixé un forfait de 3 € pour fartage et affûtage, à régler sur place et réservé aux membres du ski-club.

Aucun remboursement partiel ne pourra être fait par le club en cas de d'arrêt avant la fin de saison.

Aucun remboursement partiel ne pourra être fait par le club en cas de stage non effectué en totalité.

En cas de perte ou de casse de matériel appartenant au club, celui-ci sera facturé aux parents à un tarif fonction de l'état initial du matériel. A noter que si cela est consécutif à une chute en entraînement ou en compétition le coût de ce matériel restera à la charge du club.

Un site Internet ainsi qu'une adresse mail [skiclub-gaporcieres@orange.fr](mailto:skiclub-gaporcieres@orange.fr) sont mis à votre disposition pour y déposer tous vos messages et suggestions

Bonne saison à tous.

Le président Jean Paul Roche.



# Certificat Médical ou Questionnaire de Santé ? QUOI ? QUAND ? COMMENT ?

2018 • 2019

## CAS N°1

J'avais une licence en 2017-2018  
et je souhaite la **RENOUVELER**

### LICENCE COMPÉTITEUR

Le certificat médical  
que j'ai fourni en  
2016-2017 ou 2017-2018  
est valable pour 3 ans\*

### LICENCE DIRIGEANT OU LICENCE LOISIR

Le certificat médical  
que j'ai fourni en  
2016-2017 ou 2017-2018  
est valable pour 20 ans\*

JE RÉPONDS AUX QUESTIONS  
CI-DESSOUS

## QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

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 inexpliquée ?	<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**. Attestez simplement, en cochant la case correspondante sur le document « Notice d'Informations Licence Carte Neige », 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.

## CAS N°2

Je n'avais pas de licence en 2017-2018  
et je souhaite **SOUSCRIRE** une

### LICENCE DIRIGEANT OU LICENCE LOISIR

Je dois fournir pour  
la saison 2018-2019  
un certificat médical de  
« non contre-indication  
à la pratique du sport »

### LICENCE COMPÉTITEUR

Je dois fournir pour  
la saison 2018-2019  
un certificat médical de  
« non contre-indication  
à la pratique du sport  
en compétition »

## CAS PARTICULIERS

### • La pratique du biathlon :

certificat médical, datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la **PRATIQUE DU BIATHLON** » (le cas échéant, « la pratique du biathlon en compétition ») à fournir **CHAQUE ANNÉE**.

### • Les compétiteurs occasionnels (« Ticket Course », « Licence Dirigeant » ou « Licence Loisir ») :

certificat médical, datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la pratique du sport en compétition » à fournir pour chaque inscription aux courses de promotion et/ou aux courses populaires de ski de fond.



\*Si prise de Licence sans discontinuité pendant cette durée.

NB : le Ministère des Sports considère la saison 2016-2017 comme « la saison 0, la saison de référence ».