



## **Documents à fournir impérativement au moment de l'inscription**

1. Certificat médical daté de moins de 3 mois (obligatoire pour les nouvelles inscriptions).
2. Fiche d'inscription dûment remplie (lisiblement).
3. Charte COVID 19 USF dûment remplie.
4. Coupon-réponse du règlement intérieur complété.
5. Une photo d'identité au format numérique à envoyer à [us.fontenay.triathlon@gmail.com](mailto:us.fontenay.triathlon@gmail.com)
6. Règlement de la cotisation.
7. Chèque de 20€ pour les Triathlètes licenciés en **mutation de club**.

## **Documents à fournir dans le mois suivant l'adhésion**

1. Formulaire de demande de licence FFTRI pour les nouveaux adhérents.
2. Formulaire de renouvellement de licence FFTRI pour les anciens adhérents.

L'adhésion s'élève pour la saison 2020 / 2021 à :

- Cotisation licence compétition + entraînements natation : 240 €.
- Cotisation licence compétition **sans** entraînement natation : 120 €.

Chèque de caution pour le badge d'accès piscine : 10 € (chèque à part)

Les chèques doivent être libellés à l'ordre de : **Union Sportive Fontenaysienne**

Pour la cotisation licence compétition + entraînements natation, paiement possible en trois fois un chèque de 100€ (Licence) + 2 chèques de 70€, premier débit en octobre.

Pour tout paiement en espèces, un reçu vous sera délivré.

## **Tout dossier incomplet sera automatiquement refusé.**

Dossier à rendre à l'un des membres du bureau ou à déposer ou envoyer à :

Union Sportive Fontenaysienne

40 rue de Rosny

94120 FONTENAY SOUS BOIS

Contact des membres du bureau :

✉ : [us.fontenay.triathlon@gmail.com](mailto:us.fontenay.triathlon@gmail.com)

🌐 : <https://usf-triathlon.clubeo.com/>

☎ Thierry ZIELINSKI : 06.48.78.89.33

☎ Laurence GORIN : 06.79.71.12.98

☎ Thomas CHARRIE : 06.32.76.95.79



## REGLEMENT INTERIEUR SECTION USF TRIATHLON

### PREAMBULE

La Section Triathlon est partie intégrants de L'**UNION SPORTIVE FONTENAYSIENNE**, Club Omnisport ayant son siège au **40 bis, rue de Rosny à FONTENAY SOUS BOIS**.

Le Règlement Intérieur ne prévaut pas sur les dispositions des Statuts et du Règlement Intérieur de l'**U.S.F.** et ne peut y déroger, les Statuts et du Règlement Intérieur de l'**U.S.F.** sont disponibles sur le site de l'**US Fontenay**.

### ADMISSION –OBSERVATIONS

La Section est composée d'adhérents ayant acquitté leur cotisation.

Tout futur adhérent doit subir un test afin de vérifier son niveau pour constitution des groupes.

Son admission éventuelle sera fonction des disponibilités dans le groupe de niveau correspondant.

L'accès au bassin est conditionné par l'enregistrement du dossier complet par le Secrétariat de Section.

#### 1. INSCRIPTION ET REINSCRIPTION

Après une séance de test, chaque adhérent sera affecté à un groupe.

Les groupes (ligne d'eau) pourront être modifiés par l'éducateur en fonction des résultats ou progrès.

#### 2. ADHESION

Une adhésion annuelle est prévue lors de toute inscription ou réinscription, son montant est fixé lors de l'Assemblée Générale, l'adhésion n'est plus remboursable au-delà d'un cours d'essai.

**Une licence annuelle est obligatoire, elle tient lieu d'assurance. Cette licence n'est pas remboursable.**

#### 3. VISITE MEDICALE

Un certificat médical, datant de moins de 3 mois est obligatoire pour toute nouvelle inscription et sera exigible, sans aucune dérogation, pour l'accès au bassin dès le dépôt du dossier, ce certificat sera valable pour une durée de 3 ans.

**Le certificat médical de non contre-indication à la pratique du Triathlon en compétition peut être obtenu :**

- Chez votre médecin traitant
- Dans les centres de santé municipaux conformément aux informations transmises par la Direction de Section.

#### 4. EQUIPEMENT INDIVIDUEL

##### Natation :

- Un maillot de bain, un bonnet, des lunettes et le matériel personnel d'entraînement.

##### Cyclisme :

- Un vélo, une tenue adaptée selon la saison, matériel de réparation, un casque.
- Le port du casque est obligatoire en compétition, il est obligatoire également lors des sorties en groupe.

##### Course à pied :

- Une paire de running, une tenue adaptée selon la saison.

##### Compétition :

- Le matériel décrit ci-dessus plus une combinaison néoprène pour la natation selon la température.



## 5. MATERIEL PEDAGOGIQUE COLLECTIF

Suite aux recommandations Post-confinement liées à l'épidémie de Covid-19 il n'y aura pas de matériel pédagogique collectif spécifique en libre-service (planches, pull buoys), l'entraîneur conseillera en début de saison le matériel personnel à apporter.

## 6. VESTIAIRE

L'accès aux vestiaires n'est autorisé qu'aux nageurs possédant le badge d'accès et la carte du Club pour la saison en cours, le Bureau et la Direction de la piscine déclinent toute responsabilité en cas de perte ou vol.

## 7. VACANCES SCOLAIRES

Les cours natation seront suspendus durant les périodes de vacances scolaires et certains "ponts".

Les adhérents seront avisés par leurs entraîneurs respectifs ou le bureau.

Les cours natation ne seront pas récupérés ni remboursés.

Pour la course à pied et le vélo, les rassemblements seront toujours possibles durant les petites vacances.

## 8. COMPETITIONS

Après la diffusion du calendrier fédéral, un calendrier des compétitions sera établi en fonction des souhaits des adhérents de façon à permettre les regroupements.

Une course club sera déterminée pour réunir le maximum d'adhérents et représenter l'USF Triathlon.

## 9. DISCIPLINE – SANCTION

Il est demandé à tous les membres de la section d'avoir une attitude et un comportement correct, sous peine de sanction temporaire prononcée par le Bureau.

**Le Bureau de Section est donc en droit de procéder à :**

- a. L'envoi d'un avertissement par courrier recommandé ou mail précisant les griefs formulés et contenant convocation pour audition.
- b. Une mise à pied de 15 jours notifiée dans les mêmes conditions que le paragraphe ci-dessus.
- c. Un engagement de procédure d'exclusion temporaire ou définitive auprès de la Direction de l'U.S.F qui, conformément aux Statuts Article 4, saisira le Comité Directeur pour décision finale.

## 10. BUREAU DE SECTION

Un Bureau de Section provisoire, composé de dirigeants bénévoles, a été constitué, il se réserve le droit d'étudier toute question non prévue par ce Règlement et de prendre toute décision qu'il convient.

Le Bureau de Section définitif sera élu lors de l'Assemblée Générale.

Additif : Ce Règlement intérieur de Section sera soumis au Bureau Exécutif pour validation.

Date d'émission : le 24 août 2020.

**Le Bureau de Section Triathlon en activité.**



## CHARTRE INTERNE SECTION USF TRIATHLON

L'USF TRIATHLON, est composée de bénévoles (**non-salariés**) et d'adhérents.

Les uns et les autres sont utilisateurs des locaux mis à la disposition du Club par la Municipalité qui reste seule responsable de leur état et en assure leur bon fonctionnement, sans obligatoirement informer le Club des problèmes ponctuels qui peuvent intervenir (vidange, température de l'eau des douches, fermeture pour problèmes techniques).

Il est bon de rappeler que le Club est géré dans l'ensemble de ses activités (administration, organisation des manifestations, recrutement ...) par des "**Bénévoles**" qui **prennent sur leur temps personnel**.

### Pourquoi ce rappel :

Il est important de respecter l'investissement de ces bénévoles qui permettent à l'Association de fonctionner et de répondre aux attentes de ses adhérents.

Ils réclament aussi beaucoup d'indulgence de votre part vis-à-vis de la gestion des problèmes qui surgissent de manière impromptue.

### Engageons-nous, engagez-vous

À respecter les clauses ci-dessous de cette Charte.

- L'Association s'engage à informer si possible ses adhérents de l'annulation "prévisible" d'une séance d'entraînement, dans des délais qui permettront d'éviter un déplacement inutile.
- La section Triathlon ne saurait être tenue pour responsable pour tout préjudice résultant d'une annulation d'entraînement.

Nous tous, veillons :

- Au respect des horaires de cours natation et à la tenue prescrite sur le bassin.
- Au respect d'une conduite à tenir dans le Complexe, la douche (avant / après), les vestiaires, les toilettes.
- A informer de sa présence ou absence lors des rassemblements course à pied ou vélo.
- Au port du casque et au respect du code de la route lors des sorties vélo.
- Au respect du règlement intérieur signé dans son ensemble.

Nous, **BENEVOLES**, restons à votre disposition pour vous aider dans votre progression, n'hésitez pas à nous contacter.

Vous, **ADHERENTS**, vous souhaitez :

Participer activement aux orientations du club et être un acteur clé de notre association.

Devenir encadrant ou arbitre, en passant une formation dispensée auprès de la Ligue de Triathlon.

Toutes les bonnes volontés motivées et disponibles sont les bienvenues pour contribuer à la vie du club, si vous avez des idées, des suggestions, un petit peu de votre temps, n'hésitez pas à nous en faire part et venez nous rejoindre.

Toute aide sera la bienvenue.

**Le Bureau de Section Triathlon en activité.**



## Charte COVID -19 USF

Je reconnais avoir reçu et compris les règles d'accès et les règles de vie liées à la pandémie de COVID- 19 et m'engage à les respecter dans leur intégralité sans exceptions.

Je reconnais avoir répondu au questionnaire santé lié à la reprise sportive (téléchargeable sur le site de l'USF) et avoir pris les mesures qui s'imposent.

Je m'engage notamment à :

### 1. adopter les gestes barrières

- Je me lave très régulièrement les mains
- Je porte un masque sauf lors de la pratique sportive
- Je tousse ou j'éternue dans mon coude ou dans un mouchoir à usage unique
- Je salue sans serrer la main ni embrasser
- Je respecte les consignes de distanciation, à savoir 2m lors de la pratique sportive quand l'activité sportive le permet et 1m minimum dans tout autre situation.

### 2. ne pas me présenter dans la structure sportive en cas de maladie

- Je m'engage à ne pas entrer sur le site en cas de symptômes tels que de la toux, de la fièvre, des difficultés de respiration, des maux de tête et/ou de gorge, des courbatures, une grande fatigue, une perte de l'odorat et/ou du goût, une diarrhée.
- Si je suis infecté(e) par le COVID-19, je m'engage à prévenir le club rapidement pour qu'il prenne les mesures nécessaires.

Nous vous rappelons qu'en cas de symptômes, vous devez appeler votre médecin traitant ou le 15, rester chez vous et vous isoler.

NOM : Prénom :

Signature :

(Si vous êtes mineur, merci de bien vouloir faire signer le représentant légal.)

Fait à : Le :





## Questionnaire santé lié à la reprise d'activité physique et sportive suite au confinement (Covid-19)

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON	OUI	NON
Q1. Avez-vous été diagnostiqué-e positif-ve au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ? par test RT-PCR (prélèvement naso-pharyngé, oral ou bronchique) probablement, car j'ai eu un ou des symptômes suivants : fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs, perte de poids supérieure à 5 kg. Mon test RT-PCR était négatif, mais un médecin m'a confirmé le diagnostic. j'ai été hospitalisé-e		
Q2. Avez-vous été en contact avec une ou plusieurs personnes suspectes ou diagnostiquées positives au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?		
Q3. Présentez-vous ce jour un ou des symptômes suivants ( <i>Fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs</i> ) ?		
Q4. Ressentez-vous des gênes à l'effort dans la vie de tous les jours ?		
Q5. Pendant la période de confinement et à ce jour, avez-vous arrêté ou fortement réduit votre niveau d'activité physique habituel ?		
Q6. Suite au confinement, présentez-vous une prise de poids supérieure à 5 kg ?		
Q7. Avez-vous été affecté-e psychologiquement par la période de confinement et l'êtes-vous toujours ( <i>Modification du sommeil, de l'humeur, diminution ou augmentation compulsive de la prise alimentaire, augmentation de la prise d'alcool ou de tabac</i> ) ?		

➤ **NON à toutes les questions :**

Vous pouvez reprendre une activité physique et sportive encadrée.

➤ **OUI à une ou plusieurs questions de Q1 à Q4 :**

Consultez votre médecin avant toute reprise d'activité physique et sportive

➤ **OUI à une question de Q5 à Q7 :**

→ Reprise progressive en commençant par la pratique de la marche progressivement sur 4 à 6 semaines puis reprise de l'activité sportive, et ne consultez votre médecin qu'en cas d'apparition d'une symptomatologie anormale à l'effort ou au repos (douleur, essoufflement, palpitations...).

➤ **OUI à au moins deux questions de Q5 à Q7 :**

Une consultation médicale est recommandée avant toute reprise d'activité physique et sportive.

# FICHE D'INSCRIPTION USF TRIATHLON SAISON 2020 / 2021

Nom : .....

Prénom : .....

Sexe : M  F  Date de Naissance : .....

Adresse : .....

.....

Code Postal : ..... Ville : .....

PHOTO

Adresse @mail de contact : .....

Contact Téléphonique Principal : .....

Contact Téléphonique Secondaire : .....

Personnes à prévenir en cas d'Urgence (nom et téléphone) :

Mme / Mr : .....  : .....

J'autorise le club à utiliser mon contact d'urgence en cas de nécessité lors des sorties club.

L'association informe, dans la mesure de ses possibilités, ses adhérents de l'annulation ou du report d'un entraînement, la responsabilité, sous quelque forme que ce soit, de l'association ou celle de ses dirigeants, entraîneurs ou bénévoles ne peut pas être engagée en cas d'annulation d'entraînement.

En adhérant à l'USF Triathlon, je déclare :

- Avoir pris connaissance et m'engager à respecter les statuts et règlements de l'association, documents disponibles sur le site de l'Union Sportive Fontenaysienne espace adhérents.
- Avoir été informé des dispositions de la loi informatique et libertés et le règlement général sur la protection des données – RGPD, documents et informations disponibles sur le site de l'USF [www.us-fontenay.com](http://www.us-fontenay.com) - Espace adhérents
- Reconnaître qu'au-delà d'un cours d'essai toute cotisation ne sera plus remboursée.
- Etablir une demande de licence sur le site de la Fédération Française de Triathlon dès mon adhésion au club USF Triathlon si je n'étais pas licencié auparavant.

Fait à : .....

Le : ...../...../ 202..

Signature :

Précédée de la mention manuscrite " lu et approuvé "

## Règlement intérieur

Je soussigné, Mr ou Mme ..... certifie avoir pris connaissance des statuts et règlements de l'association, du règlement intérieur et de la charte de la Section TRIATHLON qui m'a été remis au moment de mon adhésion et m'engage à le respecter.

Fait à : .....

Le : ...../...../ 202..

Signature :

Précédée de la mention manuscrite " lu et approuvé "

## Autorisation en cas d'accident

Je soussigné, Mr ou Mme ..... autorise en cas d'urgence, les dirigeants de la Section TRIATHLON à faire soigner ou opérer l'adhérent(e) .....et les médecins à pratiquer toute intervention, tout geste thérapeutique nécessité par son état de santé.

Mon numéro de téléphone en cas d'urgence est le suivant :

Fait à : .....

Le : ...../...../ 202..

Signature :

Précédée de la mention manuscrite " lu et approuvé "

## Autorisation du droit à l'image

Je soussigné, Mr ou Mme ..... autorise le Club de l'USF TRIATHLON à faire des photos individuelles ou collectives des adhérents afin de les exposer ou de les publier dans le journal " à Fontenay " et sur le site internet du club.

Fait à : .....

Le : ...../...../ 202..

Signature :

Précédée de la mention manuscrite " lu et approuvé "

## Information particulière concernant l'adhérent(e)

Existe-t-il une indisposition particulière que l'entraîneur doit savoir pour adapter ses cours.

**OUI**

**NON**

(rayer la mention inutile)

### CADRE RESERVE A L'ADMINISTRATION

Certificat Médical valable à partir du : .....

Formule : Licence + Entraînements Natation 240 €  Licence SANS Entraînements Natation 120 €

Cotisation Payée par :

Chèques N° Versement 01 ..... Versement 02 ..... Versement 03 .....

Espèces, montant : ..... Reçu : .....

Bons ANCV, montant : .....  Pass Solidaire, montant : .....