

# Règlement Intérieur de l'Association

## adopté par l'assemblée générale du 14 Octobre 2023

### Mise à jour AG du 22 Juin 2024

Vague à Sète W343031626 (enregistrée le 3/11/2023)

Ce règlement intérieur est destiné à compléter les statuts de l'Association, notamment sur les points qui ont trait aux modalités d'inscription, à la pratique des activités sportives au sein du club, à la vie de l'Association et aux mesures disciplinaires éventuelles.

## Article 1 : Conditions d'adhésion

### Admission au club

Le conseil d'administration (CA) est souverain quant à l'inscription de membres actifs qui pourront être acceptés ou refusés selon les possibilités d'accueil du club et ce sans aucune volonté de discrimination. Le critère essentiel sera celui de l'encadrement liée au nombre d'animateurs fédéraux brevetés par la FFRandonnée présents au club.

Conditions et documents à fournir pour toute adhésion.

L'adhésion est possible à toute personne majeure justifiant d'un certificat médical de moins de 6 mois présenté lors de sa 1<sup>ère</sup> prise de licence à la FFRandonnée l'autorisant à la pratique d'activités sportives de type « marche » (ex. randonnée, marche nordique, longe-côte, ...). Dans le cas où l'adhérent souhaite faire des compétitions, le certificat médical doit le stipuler expressément (SVP, Voir modèle de certificat recommandé par la FFRandonnée et le Questionnaire de santé en cs de renouvellement de licence en Annexes).

Avant toute adhésion, le postulant pourra assister à une séance sportive et participer s'il le souhaite à une séance de découverte. Il sera couvert en terme de responsabilités par l'assurance du Club.

Le coût de l'adhésion comprend :

- La licence individuelle FFRandonnée de la saison en cours (ex. IRA, avec Responsabilité Civile et Accidents Corporels) ou bien la licence individuelle compétition (avec Responsabilité Civile et Accidents Corporels)
- La part club, fixée chaque année en AG, selon l'activité pratiquée.

Pour la saison 2023-2024, les montants sont les suivants :

- a) cotisation membre actif Randonnée et/ou Marche nordique, hors compétition : 72€ (Licence FFRando + assurance IRA + part Club)
- b) cotisation membre actif Longe-côte, et Randonnée et/ou Marche nordique, hors compétition 103€ (Licence FFRando IRA + part Club)
- c) cotisation membre actif Longe-côte avec compétition, Randonnée et/ou Marche nordique hors compétition : 131€ (Licence FFRando Compétition + part Club)
- d) membre bienfaiteur (personne physique accompagnant, sans pratique sportive au Club) : 35€ ou membre bienfaiteur (personne morale) : donation libre

NB1 : Toute personne affiliée à la FFRandonnée via un autre club souhaitant rejoindre notre club devra fournir impérativement la copie de sa licence en cours de validité. De plus elle devra acquitter un droit d'entrée correspondant à la part Club calculée au prorata temporis : 100% de Septembre à fin Novembre, 75% de Décembre à fin Février, 50% de Mars à fin Mai et de 25% à partir de Juin.

NB2 : tout membre bienfaiteur (personne physique) bénéficiera de l'assurance Responsabilité Civile du Club mais d'une assurance accidents.

L'adhésion est valable pour la période du 1er Septembre au 31 Aout de l'année suivante. Lors de sa 1<sup>ère</sup> adhésion au club, l'adhérent devra acheter le maillot du club (prix indicatif de 15€) qu'il devra porter durant les entraînements et s'il y a lieu pendant les compétitions.

La procédure d'adhésion se fera par le site WEB du Club qui fera le lien avec HelloAsso pour le paiement en ligne. L'adhésion sera définitive après :

- l'envoi du formulaire d'adhésion rempli en ligne, qui sera soumis au CA

- le téléchargement de son certificat médical (cf ci-dessus)
- le paiement en ligne via HelloAsso de sa cotisation (membre actif) ou du droit d'entrée (membre bienfaiteur)
- la communication d'une adresse email et d'un numéro de téléphone valables

NB : Toute cotisation versée est définitivement acquise à l'association. Aucun remboursement de cotisation ou de droit d'entrée ne pourra être demandé en cours d'année, qu'elle qu'en soit la raison.

#### Exemption de cotisation

Les personnes bénévoles de l'Association (par exemple les animateurs sportifs) pourront être dispensées de cotisation annuelle si les membres du bureau le décident ainsi. Cette décision devra être prise à la majorité des 2/3 des membres du CA et dépendra également des moyens financiers de l'association. Elle sera votée chaque année par le CA.

## Article 2 : Activités pratiquées

La pratique du Longe-Côte ou Marche aquatique est la seule l'activité pratiquée au sein du club pour la saison 2023-24. Les années suivantes, selon les moyens du club, les activités de randonnée pédestre et de marche nordique pourront être aussi mises en place.

### **Activité de Longe-Côte (LC)**

Cette activité, qui peut être pratiquée toute l'année, dépend néanmoins des conditions météorologiques (i.e. hauteurs de vague, courants, risques orageux, brume, ...). Le Club ne pourra être tenu pour responsable en cas d'annulation de séances et le nombre de séances encadrées pourra varier d'une semaine à l'autre.

Comme le niveau d'immersion requis pour le LC est entre le nombril et la poitrine, il est préférable que les pratiquants, à défaut de savoir nager, soient à l'aise dans l'eau y compris en cas de vague et d'immersion totale. En cas contraire il faut impérativement le signaler lors de son adhésion ainsi qu'aux encadrants lors des séances de LC.

L'encadrement des séances de longe-côte est réalisé par des animateurs bénévoles titulaires du brevet fédéral ou équivalent agréé par la FFRandonnée.

Cet animateur, responsable de la séance et de la sécurité des participants, pourra s'adjoindre l'aide d'un assistant de sécurité ayant une pratique en mer assumée depuis plusieurs années et diplômé du PSC1.

Les éléments de sécurité prévus sont : une bouée, un sifflet, un téléphone, une trousse de secours.

Compte tenu du milieu marin, le strict respect des consignes de sécurité données par l'animateur doit être observé. Chaque adhérent devra porter une tenue adaptée aux conditions météo comprenant des chaussons ou chaussures et des vêtements de protection contre le froid.

### **Activités de Marche Nordique et de Randonnée Pédestre**

Ces activités ne seront pas ouvertes dans le cadre du club pour la saison 2023-24.

#### **Nota Bene :**

Le Président ainsi que les membres du bureau déclinent toute responsabilité pour la pratique de ces mêmes activités en dehors des créneaux horaires prévus et encadrés par le club.

## Article 3 - Comportement

Pour toute activité proposée par le club, un adhérent pourra participer aux séances après inscription la veille selon les modalités en vigueur qui lui seront spécifiées.

Lors des activités tout adhérent s'engage à :

- Respecter code déontologique et éthique rédigé par le Comité Olympique International<sup>1</sup>
- Respecter les locaux et le matériel qui peuvent être mis à disposition
- Respecter les encadrants et consignes données
- Porter le maillot obligatoirement pendant les séances dispensées dans le cadre de l'Association
- Se comporter avec respect et bienveillance vis-à-vis des autres pratiquants
- Faire preuve de tolérance

Tout membre ayant un minimum de 6 mois de pratique régulière de Longe-Côte pourra demander au bureau de l'Association à suivre une formation PSC1 pour pouvoir obtenir le titre d'assistant animateur et en assurer les fonctions. La décision sera prise en fonction des besoins du club et de ses ressources financières.

## Article 5 – Mesures disciplinaires

Un membre de l'Association peut être exclu pour les motifs suivants, cette liste n'étant pas limitative:

- Non-paiement de la cotisation,
- Détérioration volontaire du matériel,
- Comportement dangereux ou irrespectueux,
- Comportement non conforme avec l'éthique et les valeurs de l'Association,
- Non-respect des statuts et du règlement intérieur de l'Association,
- Tout type de harcèlement
- Tout autres motifs graves tels que reconnus par le CA de l'Association (vote à l'unanimité).

Toute personne en cause pourra faire valoir sa défense devant le CA et se faire assister par un autre adhérent.

## Article 6 – Modification du règlement intérieur

Le présent règlement intérieur pourra être modifié par le conseil ou par l'assemblée générale ordinaire à la majorité des membres présents et représentés.

## Article 7 : Collecte et gestion des données personnelles

Une liste des membres de l'Association comportant le nom et le prénom est établie et est disponible à l'ensemble des adhérents.

Cette liste indiquera en outre, pour les adhérents l'ayant autorisé les coordonnées téléphoniques, courriels et adresses postales.

La liste de l'ensemble des membres de l'Association est strictement confidentielle.

Tout membre de l'association s'engage à ne pas divulguer à tout tiers les coordonnées et informations personnelles des autres membres qu'il a connues par le biais de son adhésion à l'association.

L'Association collectera également les informations personnelles suivantes pour les besoins de la gestion :

- des inscriptions à l'association, auprès de la fédération d'affiliation et des assurances
- des inscriptions aux compétitions
- de l'organisation des entraînements et de la vie du club
- des convocations aux assemblées générales
- l'organisation d'événements sportifs

Les informations collectées sont nécessaires à l'inscription de l'adhérent :

---

<sup>1</sup> <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/fichiers/File/CNOSF-Conciliation/charte-de-deontologie.pdf>

- nom, prénom, numéro de portable de l'adhérent, adresse postale, adresse courriel
- une photo d'identité de l'adhérent
- un certificat médical l'autorisant à pratiquer le long côté

Ces informations ne seront accessibles qu'aux personnes membres du comité de direction ainsi qu'à leur partenaire ( la fédération, les assureurs etc. ) qui auront besoin d'y avoir accès pour les finalités décrites ci-dessus.

Chaque personne aura accès à ses propres informations détenues par l'Association et pourra demander d'en obtenir copie ou de les modifier afin de les mettre à jour en s'adressant au secrétariat de l'Association par mail.

Ces données personnelles seront supprimées de la base active dans un délai maximum de trois ans après la dernière adhésion du membre et passeront dans une base archive dans laquelle elles seront conservées le temps des différentes prescription légales nécessitant une conservation des données (prescription fiscale etc...) et seront ensuite supprimées.

**Droit à l'image :** sauf avis contraire notifié par courriel au secrétariat du club, le club pourra utiliser pour des fins d'information non commerciales des images, photos, vidéos prises lors d'activités sportives ou conviviales où pourraient figurer des adhérents du club.

## Annexe 1: Modèle de certificat médical de la FFRandonnée

Extrait du site web de la FFR (12/2023)

*Certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive 2023/2024*

*Je, soussigné(e), Docteur..... déclare avoir examiné*

*Mme / M..... âgé(e) de.....*

*et n'avoir pas constaté, à ce jour, de signe clinique ni d'antécédent personnel contre-indiquant :*

*- La pratique des activités (1) :*

- de marche et de randonnée,*
- de marche nordique*
- de marche aquatique (ou long-côte)*

*- La pratique des activités ci-dessus EN COMPETITION (1)*

*(1) RAYER LA/LES MENTION INUTILE*

*Pour permettre à nos animateurs de mieux encadrer le pratiquant, nous vous demandons d'ajouter les conseils suivants si vous le jugez pertinent :*

*Altitude à ne pas dépasser : .....*

*Fréquence cardiaque à ne pas dépasser : .....*

*Dénivelé horaire à ne pas dépasser (mètres/heure) : .....*

*Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : oui / non*

*Le ..... à.....*

*SIGNATURE ET CACHET DU MEDECIN*

NB : le certificat doit être daté de moins de 3 mois lors de la prise de la 1<sup>ère</sup> licence annuelle FFRandonnée.  
Il est ensuite valable pour 3 saisons.

## Annexe 2: Questionnaire de santé à consulter lors d'un renouvellement de la licence à la FFRandonnée

Ce questionnaire de santé vous permet d'évaluer la nécessité d'une consultation médicale pour poursuivre votre activité dans le cadre d'un renouvellement de votre licence.

Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

### **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 ?
- 2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?
- 3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?
- 4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?
- 5) Êtes-vous enceinte ?
- 6) Fumez-vous régulièrement (tabac, cannabis, autres drogues) ?
- 7) Consommez-vous régulièrement de l'alcool ?
- 8) Souffrez-vous d'une maladie chronique ?
- 9) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?



#### **À ce jour**

- 10) 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...)
- 11) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?

#### **Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :**

Nous vous conseillons de consulter votre médecin en lui présentant ce questionnaire rempli pour avoir son avis sur la poursuite de votre pratique sportive.

Fait à Sète le 14 Octobre 2023,  
- mise à jour du 2 Décembre 2023 -

Nom	Prénom	Fonction	Signature
ROIZARD.....	Denis.....	Président....	
CAGIGOS.....	Claire.....	Secrétaire....	
PERES.....	Marie.....	Secrétaire adjointe	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	
.....	.....	.....	