



LES LOCODINGOS

« Toujours solidaires... Jamais solitaires »

Association Loi 1901 d'Intérêt Général déclarée en Préfecture des Yvelines le 23 avril 2021

Adresse : 10 rue Kléber – G – 78800 – Houilles – Tél. : 06.78.95.31.77
E mail : contact.locodingos@gmail.com – Site web : www.locodingos.net

BULLETIN DE COTISATION ANNUELLE - Année 2023 – 2024 -

Bulletin à adresser par messagerie à contact.locodingos@gmail.com et virement au compte indiqué ci-après
OU par courrier avec chèque à l'ordre : LES LOCODINGOS

(écrire en **MAJUSCULES**)

J'adhère **OU** **Je renouvelle mon adhésion**

NOM et Prénom :

Cotisation annuelle **30€**

NOUVEL ADHÉRENT :

1/ Prêt d'un équipement sportif : Caution : **30€**

Lors de toute cessation d'activité avec les LOCODINGOS, la caution sera restituée en échange de cet équipement en bon état. L'association se réserve le droit de garder tout ou partie de la caution en cas de dégradation importante de l'équipement ou de non restitution de celui-ci.

2/ Je précise ma taille : **S** **M** **L** **XL** **XXL**

3/ Photo : je joins à mon bulletin de cotisation annuel une photo d'identité :

(envoi de la photo par e-mail au format JPEG à : contact.locodingos@gmail.com)

à ne remplir qu'en cas de nouvelle adhésion ou de changement dans l'année écoulée (1)

Date de naissance :/...../.....

Adresse postale ⁽¹⁾ :

Adresse e-mail ⁽¹⁾ :

Téléphones : Fixe ⁽¹⁾ : Portable ⁽¹⁾ :

Personne à prévenir en cas d'urgence ⁽¹⁾ :

Tél. ⁽¹⁾ :

L'adhérent accepte de paraître sur des photos publiées sur le site des Locodingos : ⁽¹⁾ **OUI** **NON**

Dans la mesure de mes disponibilités, je participerai aux sorties du dimanche : ⁽¹⁾ **OUI** **NON**

virement bancaire (à privilégier) (IBAN : FR76 10278062160002072910121 - BIC : CMCIFR2A)

chèque bancaire à l'ordre de «Les Locodingos»

L'adhésion et la caution doivent faire l'objet d'un **SEUL** paiement. Merci d'indiquer le montant **TOTAL** :

_____ €

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur (au verso) et des statuts disponibles sur le site des LOCODINGOS (cf. site www.locodingos.net).

Signature obligatoire (précédée de la mention Lu et approuvé).

Date : ____/____/____

(1) : à ne remplir qu'en cas d'adhésion ou de changement dans l'année écoulée



LES LOCODINGOS

« *Toujours solidaires... Jamais solitaires* »

Association déclarée en Préfecture des Yvelines

Règlement Intérieur

Approuvé en Assemblée Générale le 31 mars 2021

Le présent règlement a pour objet de fixer les modalités spécifiques à la pratique de la marche athlétique de loisir. Il complète les statuts et s'impose à tous les adhérents.

I - ADHESION :

L'adhésion aux LOCODINGOS est ouverte aux personnes majeures, en bonne forme physique et mentale.

L'adhésion s'effectue par le paiement d'une cotisation donnant accès aux activités de l'association, du 1er septembre au 31 août de l'année suivante.

Le bulletin d'adhésion est mis en ligne sur le site des LOCODINGOS.

En adhérant, le demandeur reconnaît avoir pris connaissance des statuts et du règlement intérieur. Ces documents sont également disponibles sur le site Web des Locodingos : www.locodingos.net - : onglet « Documents officiels ».

II - COTISATION :

Une cotisation annuelle est proposée par le Conseil d'Administration, et validée par l'Assemblée Générale.

Sont adhérents les membres de plein droit qui ont payé leurs cotisations.

La cotisation est versée soit par virement, soit chèque.

Une liste des adhérents à jour de cotisation est tenue par le ou la secrétaire du bureau.

III - CERTIFICAT MÉDICAL :

L'association n'exige pas de certificat médical d'aptitude. Néanmoins chaque adhérent devra s'assurer au début de chaque saison, auprès de son médecin traitant qu'il est apte à la pratique de la marche athlétique de loisir et qu'il a en particulier, la capacité de marcher à 6.3 km/h pendant 1 heure et ce sans difficulté particulière.

IV - ACTIVITE :

L'activité de la marche athlétique de loisir est un sport très dynamique qui requiert une forme physique indispensable pour suivre le rythme, les séances d'échauffement, renforcement musculaire, étirements et surtout, pour progresser, une assiduité avérée.

Chaque année un programme d'activités est défini par les membres du CA. et est mis à disposition des adhérents sur le site. Il s'articule entre des entraînements de vitesse et des entraînements d'endurance. Les participants à ces deux types de sessions doivent impérativement :

- Respect les consignes, tant techniques que sécuritaires, prodiguées par l'entraîneur technique principal et/ou ses adjoints.
- Porter les équipements fournis par l'association.
- Respecter le rythme défini par l'entraîneur principal et/ou ses adjoints.
- Respecter l'environnement au sens le plus large du terme
- Ne pratiquer aucun prosélytisme, quel qu'il soit

L'entraîneur principal et/ou ses adjoints peuvent, au départ de tout entraînement, refuser la participation d'un adhérent, s'il juge sa forme physique ou son équipement insuffisant.

L'entraîneur principal et/ou ses adjoints, se réservent la possibilité d'annuler un entraînement pour cause d'intempéries.

V – EQUIPEMENT :

Un équipement sportif est prêté à tout nouvel adhérent contre une caution. Cette caution sera restituée à l'adhérent lors de son départ de l'association, contre remise de cet équipement en bon état.

L'association se réserve le droit de garder tout ou partie de la caution en cas de dégradation importante de l'équipement ou de non restitution de celui-ci.

VI - RESPONSABILITE ET ASSURANCE EN CAS D'ACCIDENT :

L'association est assurée en responsabilité civile vis-à-vis des tiers.

Les adhérents participent aux entraînements sous leur propre responsabilité, en particulier médicale. Ils doivent de par leur vigilance, faire face aux difficultés et aux incidents susceptibles d'être rencontrés.

Il appartient à chaque adhérent de s'assurer que son contrat d'assurance en responsabilité civile le couvre bien pour la pratique de la marche athlétique.

En cas de covoiturage, les conducteurs doivent vérifier que leur assurance couvre les personnes transportées.