



## Adhésion saison 2022 - 2023

Le Risoux club est une association constituée de bénévoles qui propose des entraînements et des manifestations en ski de fond, biathlon, saut et combiné nordique.

### 1. Adhésion club :

La cotisation annuelle est fixée à 5€. Le prix des licences inclut le prix de la carte de membre. Il est demandé qu'au moins l'un des parents des licenciés mineurs soit adhérent du club.

### 2. Demande de licence sportive :

Les différentes formules :

- licence carte neige – loisir (possible jusqu'en U11 pour le fond et le biathlon)
- licence compétiteur (obligatoire pour la pratique du saut / combiné nordique)
- licence dirigeant

pour chaque licence, 2 formules d'assurance sont proposées :

- Responsabilité civile uniquement (RC)
- Assurance OPTIMUM (MEDIUM pour les licences « loisir ») incluant en plus de la Responsabilité Civile, des garanties étendues en cas d'accident, de rapatriement, de perte ou vol de forfait...

D'autres garanties sont possibles, nous consulter pour les tarifs.

Le détail des garanties est consultable en ligne sur le site de la FFS à l'adresse suivante : <http://www.ffi.fr/federation/licence-carte-neige/garanties-dassurance>

Code	Licence compétiteur / dirigeant	Tarif 22/23	Code	Licence carte neige / loisir	Tarif 22/23
CA2	Compétiteur adulte ASS RC	95 €	RCA	Loisir Adulte ASS RC	50 €
CA3	Compétiteur adulte ASS OPTIMUM	140 €	LA	Loisir Adulte ASS MEDIUM	75 €
CJ2	Compétiteur jeune ASS RC	70 €	RCJ	Loisir Jeune ASS RC	45 €
CJ2	Compétiteur jeune ASS OPTIMUM	115 €	LJ	Loisir Jeune ASS MEDIUM	70 €
D2	Dirigeant ASS RC	75 €	<b>Carte de membre à 5€ incluse dans ces tarifs</b>		
D3	Dirigeant ASS OPTIMUM	120 €	<b>Adultes à partir de l'année de naissance 2007</b>		

(les nouvelles licences prennent effet à compter du 15 octobre 2022 – la précédente et valable jusqu'à cette date)

Certificat médical : celui-ci doit être fourni chaque année uniquement pour la pratique du biathlon (avec mention obligatoire de **« la non contre-indication de la pratique du biathlon »**).

Pour les autres disciplines, il n'est nécessaire qu'en cas de réponse positive à une ou plusieurs questions du questionnaire de santé joint (questionnaire différent si la demande de licence concerne une personne mineure ou majeure).

### **3. Caution :**

Pour chaque famille de licencié jeune, un chèque de 100€ de caution est demandé. Il ne sera pas encaissé si le ou les parents s'investissent dans la vie du club (participation aux entraînements, aide aux différentes manifestations).

### **4. Entraînements :**

Les entraînements sont assurés bénévolement pour le ski de fond et le biathlon.

Pour les entraînements proposés par le club, une cotisation annuelle est demandée pour le financement du matériel et des activités (hors stages) qui sont proposées ponctuellement dans des structures extérieures (acrobranche, activités nautiques...).

Cette cotisation donne accès aux entraînements, aux stages et journées club. Le licencié aura la possibilité de réintégrer les entraînements au cours de la saison.

Cotisation annuelle pour participation aux entraînements :	Tarif
Catégories U7 – U9 (années de naissance 2014 à 2017)	30 €
Catégorie U11 (années de naissance 2012 et 2013)	40 €
Catégories U13 – U15 – U17 (années de naissance 2006 à 2011)	50 €

### **5. Prises en charge :**

Le club prend en charge 50 % du coût des stages organisés dans le cadre des entraînements, des refacturations Comité et de la facturation de compétition. Il prend à 100 % le coût des inscriptions aux compétitions en accord avec l'entraîneur.

### **6. Matériel :**

Le club prend en charge la location annuelle d'un équipement fond (classique ou skate) complet (skis + bâtons + chaussures) par licencié à louer chez l'un de nos partenaires (Chalet sport à Chapelle des Bois ou Location Bourgeois à Foncine le Haut).

---

Le paiement peut se faire par chèque à l'ordre du Risoux Club ou par virement sur le compte suivant : **FR76 1250 6200 0656 5349 3570 168**

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Francis Bourgeois au 06.70.46.41.44 ou par mail ([francisbourgeoisarmurier@outlook.fr](mailto:francisbourgeoisarmurier@outlook.fr))

## Document à retourner avec le règlement pour le 30 septembre 2022

(par le biais des entraîneurs ou par mail à [francisbourgeoisarmurier@outlook.fr](mailto:francisbourgeoisarmurier@outlook.fr))

### ○ Demande d'adhésion au Risoux club :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Lieu de naissance : .....

Adresse complète : .....

Adresse mail : .....

Numéro de portable : .....

Adhésion club au tarif de 5€

Ou  Code de la licence choisie : ..... / Tarif : .....

certifie avoir répondu **NON** à toutes les questions du questionnaire médical

ou  transmets le certificat médical de non contre indication (obligatoire chaque année pour la pratique du Biathlon)

### ○ Demande(s) de licence(s) pour enfant(s) :

#### Enfant 1 :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Lieu de naissance : .....

Code de la licence choisie : ..... / Tarif : .....

Discipline pratiquée : Biathlon – Fond – Saut

certifie avoir répondu **NON** à toutes les questions du questionnaire médical

ou  transmets le certificat médical de non contre indication (obligatoire chaque année pour la pratique du Biathlon)

Participation aux entraînements : Catégorie : ..... / Tarif : .....

#### Enfant 2 :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Lieu de naissance : .....

Code de la licence choisie : ..... / Tarif : .....

Discipline pratiquée : Biathlon – Fond – Saut

certifie avoir répondu **NON** à toutes les questions du questionnaire médical

ou  transmets le certificat médical de non contre indication (obligatoire chaque année pour la pratique du Biathlon)

Participation aux entraînements : Catégorie : ..... / Tarif : .....

Enfant 3 :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : .....Lieu de naissance : .....

Code de la licence choisie : ..... / Tarif : .....

Discipline pratiquée : Biathlon – Fond – Saut

certifie avoir répondu **NON** à toutes les questions du questionnaire médical

ou  transmets le certificat médical de non contre indication (obligatoire chaque année pour la pratique du Biathlon)

Participation aux entraînements : Catégorie : ..... / Tarif : .....

Enfant 4 :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : .....Lieu de naissance : .....

Code de la licence choisie : ..... / Tarif : .....

Discipline pratiquée : Biathlon – Fond – Saut

certifie avoir répondu **NON** à toutes les questions du questionnaire médical

ou  transmets le certificat médical de non contre indication (obligatoire chaque année pour la pratique du Biathlon)

Participation aux entraînements : Catégorie : ..... / Tarif : .....

-----  
**AUTORISATION POUR MINEURS**

Je soussigné(e) Nom/Prénom :

.....

Représentant(e) légal(e) de(s) l'enfant(s) mineur(s) Nom(s)/Prénom(s) enfant(s) :

.....

.....

- Autorise le Club par l'intermédiaire de ses dirigeants à inscrire mon enfant aux compétitions organisées sous l'égide de la Fédération Française de Ski, de la Fédération Internationale de Ski ou de l'International Biathlon Union.
- Autorise le transport de mon enfant pour aller sur les lieux de compétition et d'entraînement.
- Autorise les dirigeants du Club à prendre toutes les dispositions nécessaires, en cas de blessure ou tout état pathologique nécessitant une prise en charge médicale urgente, à faire prodiguer les soins immédiats nécessaires à son état auprès de l'autorité médicale compétente la plus proche.
- Autorise la publication, sur le site internet ou sur d'autres supports de communication (Facebook, calendrier, etc), d'images de mon enfant.
- Prends note que les informations recueillies par mon Club dans le cadre du dossier d'inscription de mon enfant sont nécessaires à son adhésion. Elles peuvent faire l'objet d'un traitement informatique par le club, la Fédération Française de Ski et ses organes déconcentrés conformément aux dispositions légales et réglementaires relatives à la protection des données personnelles.

Fait à ..... Le .....

Signature :



# QUESTIONNAIRE DE SANTÉ ou CERTIFICAT MÉDICAL ?



## Licencié MINEUR LE CERTIFICAT MÉDICAL N'EST PLUS NÉCESSAIRE

Le mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale répondent conjointement aux questions ci-dessous :

### QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

#### DEPUIS L'ANNÉE DERNIÈRE

Répondez aux questions suivantes par OUI ou NON*		OUI	NON	Répondez aux questions suivantes par OUI ou NON*		OUI	NON
1	Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14	As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	As-tu été opéré(e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	15	Sens-tu que tu as moins faim ? Que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	16	Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	17	Pleures-tu plus souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	18	Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé(e) sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<b>AUJOURD'HUI</b>			
7	As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé(e) à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	19	Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20	Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	21	Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<b>QUESTIONS À FAIRE REMPLIR PAR TES PARENTS</b>			
11	As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	22	Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	23	Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>DEPUIS UN CERTAIN TEMPS (PLUS DE 2 SEMAINES)</b>				24	Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Te sens-tu très fatigué(e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

\*NB : Informations médicales confidentielles à ne pas communiquer.

• Si vous avez répondu **NON** à toutes les questions : **PAS DE CERTIFICAT MÉDICAL À FOURNIR.** La ou les personne(s) exerçant l'autorité parentale atteste(nt) avoir répondu **NON** à toutes les questions en cochant la case correspondante lors de la souscription de la licence.

• Si vous avez répondu **OUI** à une ou plusieurs questions : **CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 6 MOIS À FOURNIR.** Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

### 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.**

La discipline **BIATHLON** doit **OBLIGATOIREMENT FIGURER** sur le certificat médical, y compris pour les licenciés qui découvrent ce sport en cours de saison et qui ont déjà fourni une attestation « questionnaire de santé ».

#### LA PRATIQUE COMPÉTITIVE OCCASIONNELLE (Ticket Course)

Le certificat médical n'est plus obligatoire. Le mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale répondent conjointement au questionnaire de santé ci-dessus et la ou les personnes exerçant l'autorité parentale attestent avoir répondu **NON** à toutes les questions (attestation à fournir pour chaque inscription aux courses éligibles).



# QUESTIONNAIRE DE SANTÉ OU CERTIFICAT MÉDICAL ?

## Licencié MAJEUR

LE CERTIFICAT MÉDICAL N'EST PLUS NÉCESSAIRE

Vous êtes LICENCIÉ  
COMPÉTITEUR

Vous êtes LICENCIÉ  
LOISIR ou DIRIGEANT

Répondez aux questions ci-dessous :

Aucun certificat médical à fournir, ni questionnaire de santé à remplir, sauf si vous pratiquez le biathlon.

### 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"/>

#### À 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. Informations médicales confidentielles à ne pas communiquer.

• Si vous avez répondu NON à toutes les questions : PAS DE CERTIFICAT MÉDICAL À FOURNIR.

Attestez avoir répondu NON à toutes les questions lors de la souscription de la licence.

• Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 6 MOIS À FOURNIR.

Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

## 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.

La discipline BIATHLON doit OBLIGATOIREMENT FIGURER sur le certificat médical, y compris pour les licenciés qui découvrent ce sport en cours de saison et qui ont déjà fourni une attestation « questionnaire de santé ».

### LA PRATIQUE COMPÉTITIVE OCCASIONNELLE (Ticket Course / Licencié Loisir ou Dirigeant)

Le certificat médical n'est plus obligatoire. Attestez avoir répondu NON à toutes les questions du questionnaire de santé relatif à l'état de santé du sportif majeur (attestation à fournir pour chaque inscription aux courses éligibles).