

#### 1. Présentation

Membres du Bureau et entraîneurs responsables du Castres Athlétisme :

Président	<b>Jean Paul FONTES</b> En Nicart - Avits - 81100 Castres	jeanpaulfontes@yahoo.fr	06 31 83 37 01
Secrétaire	<b>Sandrine GARDES</b>	sgardes@yahoo.fr	06 84 31 29 95
Trésorier	<b>Jean-Pierre DARDENNE</b>	jeanpierredardenne@yahoo.fr	06 83 53 02 62
Directeur	<b>Eric ALBERT</b>	albert.eric@gmail.com	06 81 20 14 41
Membres	<b>André BARBIER</b>		05 63 71 15 77
	<b>Francis BOUEILH</b>	francis.boueilh@wanadoo.fr	06 76 14 21 34
	<b>Patrick DEPRez</b>	deprenzpatrick@neuf.fr	06 08 07 94 32
	<b>Gilles FABAS</b>	gilles.fabas@hotmail.fr	07 86 29 43 25
	<b>David GRAND (jeune)</b>	david.grand@outlook.com	06 04 05 16 39
	<b>Laurette LUBIATTO (juge)</b>	laurette.lubiatto@orange.fr	06 82 06 21 34
Salariés	<b>René LUGAT</b>		05 63 72 07 88
	<b>Armelle TOCON</b>	tocon.armelle@yahoo.fr	
	<b>Ali ZNIBER (partenariat)</b>	azniber@free.fr	06 11 49 42 56
	<b>Christophe BERTINO</b>	cbertinofr@yahoo.fr	06 60 19 48 12
	<b>Florian BOULEAU</b>	flo.bouleau@gmail.com	06 70 15 10 24
<b>Contacts et Renseignements :</b>	<b>Florian BOULEAU</b>	<b>flo.bouleau@gmail.com</b>	<b>06 70 15 10 24</b>

#### 2. Les horaires d'entraînements

<b>LUNDI</b>	10h00 à 11h30 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique 18h30 à 20h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé Licence Athlé Santé
<b>MARDI</b>	14h30 à 16h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Cardio (Confirmé) 14h30 à 16h00 Sport Adapté	Licence Athlé Santé Licence FFSA
	17h00 à 19h30 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition
	18h30 à 20h00 Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail	Licence Running
<b>MERCREDI</b>	10h00 à 11h30 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Douce (Débutant)	Licence Athlé Santé
	14h00 à 15h30 EA - Eveils Athlétique (2012)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00 EA - Eveils Athlétique (2010 et 2011)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00 PO - Poussin(e)s	Licence Découverte
	16h00 à 18h00 BE/MI - Benjamin(e)s et Minimes	Licence Compétition
18h30 à 20h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé	
<b>JEUDI</b>	10h00 à 11h30 Sport Adapté	Licence FFSA
	12h15 à 13h30 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique 12h15 à 13h30 Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail (nature ou stade)	Licence Athlé Santé Licence Athlé Running
	17h00 à 19h30 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition
<b>VENDREDI</b>	17h30 à 19h00 BE/MI : Benjamin(e)s et Minimes	Licence Compétition
	19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Condition Physique / PPG	Licence Athlé Running
	19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Nordic'Fit	Licence Athlé Santé
	19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Remise en forme	Licence Athlé Santé
<b>SAMEDI</b>	09h00 à 10h15 BA - Baby-Athlé (2013 et 2014)	Licence Découverte
	10h15 à 12h00 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition

Les entraînements se déroulent au Stade du Travet, Bd Albert Thomas à Castres ou au gymnase du Travet les Vendredi soir durant la période hivernale.

### 3. Les différents entraîneurs et différentes catégories d'âges

	A partir du 1 <sup>er</sup> novembre 2018	Responsables et entraîneurs
Catégories d'âges	Année de naissance	
MA – Masters	1979 et avant	<b>BARBIER André</b> (Multi-disciplines) <b>BOULEAU Florian</b> (Multi-disciplines) 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a> <b>DARDENNE Jean-Pierre</b> (Multi-disciplines) 06 83 53 02 62 / <a href="mailto:jeanpierredardenne@yahoo.fr">jeanpierredardenne@yahoo.fr</a> <b>DEPREZ Patrick</b> (Demi-Fond/Marche) 06 08 07 94 32 / <a href="mailto:deprezpatrick@neuf.fr">deprezpatrick@neuf.fr</a> <b>GARDES Sandrine / CONJUNGO Michael</b> (Lancers) 06 84 31 29 95 ou 06 86 56 10 01 / <a href="mailto:sgardes@yahoo.fr">sgardes@yahoo.fr</a>
SE – Seniors	1980 à 1996	
ES – Espoirs	1997 à 1999	
JU – Juniors	2000 à 2001	
CA – Cadets	2002 à 2003	
MI – Minimes	2004 à 2005	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a> <b>BERTINO Christophe</b> <b>GARDES Sandrine / CONJUNGO Michael</b>
BE – Benjamins	2006 à 2007	
PO – Poussins	2008 à 2009	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a> <b>BARBIER André</b> <b>FABAS Gilles</b>
EA - Eveils Athlétique	2010 à 2012	<b>BERTINO Christophe (2012)</b> 06 60 19 48 12 / <a href="mailto:cbertinojr@yahoo.fr">cbertinojr@yahoo.fr</a> <b>BOUEILH Francis (2010 et 2011)</b> 06 76 14 21 34 / <a href="mailto:francis.boueilh@wanadoo.fr">francis.boueilh@wanadoo.fr</a> <b>CONJUNGO Michael</b> <b>LUGAT René</b>
BA - Babys Athlé	2013 et 2014	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a> <b>GARDES Sandrine</b> + jeunes athlètes du club

Marche Nordique	<b>BERTINO Christophe</b> (Mardi et Jeudi) 06 60 19 48 12 / <a href="mailto:cbertinojr@yahoo.fr">cbertinojr@yahoo.fr</a> <b>BOULEAU Florian</b> (Lundi, Mercredi et Vendredi) 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a>
Running	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a>
Condition Physique / PPG	<b>BERTINO Christophe</b> 06 60 19 48 12 / <a href="mailto:cbertinojr@yahoo.fr">cbertinojr@yahoo.fr</a>
Remise en forme / Nordic'Fit	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a> <b>TOCON Armelle</b> 06 40 48 45 98 / <a href="mailto:tocon.armelle@yahoo.fr">tocon.armelle@yahoo.fr</a>
Sport Adapté / Handisport	<b>BOULEAU Florian</b> 06 70 15 10 24 / <a href="mailto:flo.bouleau@gmail.com">flo.bouleau@gmail.com</a>

#### 4. Prendre une Licence

---

##### Tarifs Annuels des licences

- Licence Athlé Compétition ou Athlé Découverte : **175€**
- Licence Athlé Santé Loisir ou Athlé Running Loisir : **175€**
- Tarif étudiant : 125€ (post baccalauréat – joindre la copie de la carte étudiant)
- **TARIF FAMILLE** : 160€ pour 2ème adhérent, 145€ pour 3ème adhérent et suivant d'une même famille

Ce tarif comprend :

- L'assurance Individuelle Accident de la Fédération Française d'Athlétisme (0,60€).
- Les déplacements en bus pour tous les athlètes (licence découverte et compétition).
- Le remboursement de certaines courses du Challenge du parc naturel régional du Haut Languedoc pour les licenciés Running

##### Mode de Règlement :

- Par chèque bancaire à l'ordre du **Castres Athlétisme**.
- En 3 ou 4 fois par chèque bancaire, dans ce cas l'ensemble des chèques du montant total de la cotisation est déposé avec le dossier. La date d'encaissement des chèques précisée au dos.
- En Chèques Vacances. (ATTENTION à la date de validité)
- En Coupon Sport. (Après de certain CE)
- Les Pass loisir de la MSA.
- Chéquier Collégiens du Conseil Départemental du Tarn.

**Le tee-shirt du club est offert pour toute inscription.**

**Il est possible de participer à 2 séances d'essais, toutefois, à partir du 1<sup>er</sup> octobre 2018, tous les enfants, ainsi que les adultes, doivent être licenciés afin d'être en règle au niveau de l'assurance.**

**Le montant de la licence (175€) ne pourra être remboursé une fois que la licence aura été enregistrée à la Fédération Française d'Athlétisme, merci de ne remettre vos dossiers d'inscriptions qu'une fois que votre enfant ou vous-même soyez sûr de son ou votre engagement pour l'année.**

#### **Documents à retourner pour que le dossier soit complet :**

- **Le formulaire d'adhésion** (rempli en lettres capitales et signé)
- **Le certificat médical** (renseigné sur le document du club ci-dessous)
  - **La cotisation annuelle** (dans son intégralité)
  - **Le contrat de l'athlète** (complété et signé par l'athlète)
  - **l'autorisation parentale** (pour les mineurs)

#### 5. Vie interne au Castres Athlétisme

---

Le Castres Athlétisme dispose d'un site internet où vous pourrez retrouver toutes les informations concernant les entraînements, les compétitions, les résultats, les articles, les photos...

<http://www.tarn-sud-athletisme.fr/castres-athletisme/>

Rejoignez-nous aussi sur **Facebook**  ou sur **Youtube**  où vous retrouverez toutes les vidéos du club.

Vous souhaitez pour investir au sein du club mais vous n'avez pas beaucoup de temps ? Aucun souci, le Castres Athlétisme a **besoin de bénévoles** à tout moment de la saison ! Lors des buvettes, des événements internes (10km de Castres, Meeting national Elite d'Athlétisme de Castres, ...), des compétitions comme juge ou même comme encadrant si vous le souhaitez !

Vous souhaitez devenir partenaire du Castres Athlétisme ou vous connaissez quelqu'un susceptible d'être intéressé, demandez notre plaquette 2018/2019 !

# CHARTRE DE L'ATHLETE



## 1 | INSCRIPTION

A l'issue de deux séances d'essais, les parents s'engagent à prendre une licence. L'inscription devient effective à la remise du dossier d'inscription complet : fiche d'inscription, règlement de la cotisation, certificat médical et signature de la charte de l'athlète.

## 2 | ENTRAÎNEMENT

Les entraînements débutent en septembre et se terminent fin juin, au stade du Travet. Ces derniers ne sont pas maintenus durant les vacances scolaires (sauf jeunes compétiteurs à partir de Minime). Les progrès des jeunes athlètes tiennent pour une bonne part à leur assiduité. Pour cette raison, une feuille de présence est établie pour les catégories **d'Eveils-Athlé jusqu'à la catégorie des Espoirs**. L'entraînement permettra l'acquisition de différents gestes techniques, élément clef qui assurera à chacun des progrès réguliers. Il est conseillé et impératif d'avoir une tenue adaptée (casquette, kway, chaussures) aux exercices physiques et aux conditions atmosphériques ainsi qu'une bouteille d'eau. Il n'est pas nécessaire d'avoir des chaussures à pointes.

## 3 | RESPONSABILITÉ

Il est impératif que les parents ou les représentants légaux soient systématiquement présents en début et en fin de séance (il n'est pas possible de laisser son enfant se rendre seul au véhicule, qui sera impérativement stationné au niveau du portail, au lieu d'accueil). À partir de Benjamin, l'athlète pourra venir à l'entraînement de façon autonome. **Il est demandé de prévenir les entraîneurs en cas d'absence.**

## 4 | COMPÉTITION

Chaque athlète s'efforcera de participer à 3 compétitions au moins sur l'ensemble de la saison. Les compétitions par équipes (Interclubs, Equip'Athlé, Championnats par équipes,...) sont **obligatoires**. La pratique compétitive permet de mesurer les progrès réalisés dans un cadre différent et de représenter le club. Les convocations pour les compétitions sont remises principalement lors des entraînements et par mail. Répondre aux mails est indispensable pour faciliter l'organisation. Les parents peuvent accompagner leurs enfants, participer à l'encadrement ou aider au travail des officiels durant la rencontre athlétique. En cas d'absence, l'entraîneur doit être prévenu. Si un athlète s'engage à venir lors d'une compétition mais n'est pas présent le jour J, **il devra lui-même payer la pénalité financière** qui est appliquée au club en cas d'absence d'un athlète lors du compétition alors qu'il était engagé.

## 5 | DÉPLACEMENTS

Certains déplacements s'effectueront en car. Le rendez-vous sera alors donné au stade du Travet. Pour les rencontres sur l'agglomération Castraise, le rendez-vous aura lieu sur le lieu de compétition.

## 6 | COMMUNICATION

Les différentes activités du club font l'objet d'informations communiquées par mail et écrit. Les calendriers des diverses compétitions sont affichés au stade. Les résultats des différentes compétitions peuvent être consultés sur le site internet de la ligue d'athlétisme ou sur celui du club : [www.tarn-sud-athletisme.fr/](http://www.tarn-sud-athletisme.fr/)

## 7 | COMPORTEMENT

La politesse, l'écoute et le respect mutuel envers les entraîneurs et les autres athlètes sont essentiels afin d'évoluer ensemble autour d'un projet commun. Si un athlète présentait un comportement pouvant le mettre en danger ou mettre en danger les autres athlètes, nous en informerions les parents ou les représentants légaux ainsi que le comité directeur du club. Ce dernier pourrait alors prendre une mesure d'exclusion temporaire ou définitive sans remboursement de la licence. De même en cas de dégradation de matériel, il serait demandé un remboursement des frais occasionnés.

L'adhésion à cette charte devrait permettre de partager du mieux possible l'année sportive à venir.

*(A lire par les parents et/ou représentants légaux et ainsi que par l'athlète. En inscrivant votre enfant au Castres Athlétisme (ou vous-même), vous vous engagez à respecter cette dernière dans son intégralité)*

# FORMULAIRE D'ADHÉSION AU CASTRES ATHLÉTISME :

## BE – MI – CA – JU – ES

N° DE LICENCE | NATIONALITÉ |

NOM |

PRÉNOM | SEXE | F M

DATE DE NAISSANCE |

ADRESSE |

CODE POSTAL | VILLE |

TÉLÉPHONE n°1 | TÉLÉPHONE n°2 |

ADRESSE EMAIL (OBLIGATOIRE) | @

2<sup>ème</sup> ADRESSE EMAIL (si besoin) | @

**DÉSIRE M'INSCRIRE AU CLUB DU CASTRES ATHLÉTISME et ACCEPTE LA CHARTE DE L'ATHLÈTE CI-JOINTE.**

Taille du T-shirt : 6ans – 8ans – 10ans – 12ans – XS – S – M – L – XL – XXL

Signature

### AUTORISATIONS PARENTALES (OBLIGATOIRE)

Je soussigné(e) |

Père, Mère, Tuteur(s), Représentant(s) de l'enfant |

J'autorise mon enfant à pratiquer l'athlétisme au sein du Castres Athlétisme.

J'autorise les responsables et intervenants du club à transporter mon enfant dans un véhicule de location, en cas de besoin sur les lieux d'entraînements ou de compétitions.

J'autorise l'encadrement à prendre les mesures d'urgence en cas d'accident ou blessure.

Nom et n° de téléphone des personnes à contacter en cas d'urgence :

1 | Nom : Téléphone :

2 | Nom : Téléphone :

3 | Nom : Téléphone :

Fait à Le

Signature

### DROIT A L'IMAGE

J'autorise / Je n'autorise pas le Castres Athlétisme

à utiliser l'image de mon enfant | sur tout support destiné à la promotion du Club à l'exclusion de toute utilisation à titre commercial.

Fait à Le

Signature

### CERTIFICAT MEDICAL

Je soussigné(e) |

Docteur en médecine, demeurant à |

Certifié avoir examiné | né(e) le |

et n'avoir constaté, à ce jour, aucun signe clinique apparent contre indiquant la pratique de l'Athlétisme à l'entraînement et en compétition.

Fait à Le

Signature et Cachet du médecin

**Attention :** Pour un renouvellement de licence, le certificat médical de la saison dernière est encore valable. Merci de renseigner le formulaire de santé qui vous a été envoyé par la Fédération (FFA). Cependant, un certificat médical sera demandé à toute personne ayant été blessé (même petite blessure) lors de la saison dernière. Si vous n'avez pas reçu le formulaire de la fédération (FFA), vous devez refaire un certificat médical.

# PROJET DE L'ATHLETE

Afin de connaître les attentes de chacun des athlètes des catégories Benjamins à Juniors, il est mis en place, dès cette saison, un projet de l'athlète.

La réponse aux questions suivantes permettra aux entraîneurs de connaître les objectifs de l'athlète. Les réponses seront réfléchies en amont, avant un échange individualisé avec l'athlète afin de préparer au mieux la saison à venir.

Merci de répondre aux questions suivantes :

Nom et Prénom :

Catégorie au 1<sup>er</sup> Novembre 2018 :

Souhaites-tu faire des compétitions cette saison ?

Si non, que viens-tu chercher au club d'athlétisme ?

Si oui, sur quelles disciplines souhaites-tu t'engager ?

A quels niveaux ? (départemental, régional, national,...)

Vas-tu participer aux compétitions scolaires (UNSS, UGSEL, ...) ?

Quel est ton degré de motivation ? (1 : peu motivé et 10 : très motivé)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Remarques/souhaits sur ta saison à venir :

**Pour les athlètes du groupe compétition (MI confirmés et plus), 3 bilans auront lieu durant la saison (Décembre, Mars et Juin) avec les différents entraîneurs afin de discuter de la suite de la saison et des objectifs pour la suite (en fonction du niveau actuel, du taux de présence à l'entraînement, de l'attitude...)**  
**Les entraîneurs tiendront à jour une fiche de présence lors des entraînements et compétitions.**

*(à compléter, à **SIGNER** et à rendre avec le formulaire d'inscription)*