

### 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>	deprezpatrick@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
	<b>René LUGAT</b>		05 63 72 07 88
Salariés	<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 18h30 à 20h00 Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail	Licence Compétition 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) 14h00 à 16h00 EA - Eveils Athlétique (2010 et 2011) 14h00 à 16h00 PO - Poussin(e)s	Licence Découverte Licence Découverte 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 19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Nordic'Fit 19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Remise en forme	Licence Athlé Running Licence Athlé Santé 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

Le lieu de RDV des séances de marche nordique changera toutes les 3 semaines. Le planning sera envoyé par mail.  
Lieu pouvant être modifié en fonction de la météo, vous serez prévenu par sms le jour J.  
Les séances de Nordic'Fit et Remise en Forme auront toujours lieu au Stade du Travet de Castres.

### 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)

#### 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 !



# FORMULAIRE D'ADHÉSION AU CASTRES ATHLÉTISME : MARCHE NORDIQUE – REMISE EN FORME – NORDIC'FIT

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**

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

Signature

## DROIT A L'IMAGE

J'autorise / Je n'autorise pas le Castres Athlétisme  
à utiliser mon image 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 la marche nordique ou remise en forme **à l'entraînement.**

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.**