

1. Présentation

Membres du bureau et différentes commissions du Castres Athlétisme :

Fonction	Prénom et Nom	Adresse mail	N° de contact	Commissions
Présidente	Sandrine GARDES	sgardes@yahoo.fr	06 84 31 29 95	Juge / Buvette
Vice-Présidente	Armelle TOCON	tocon.armelle@yahoo.fr	06 40 48 45 98	Restauration/Buvette
Secrétaire	Marc COUSSERANS			Athlé Santé Loisir
Trésorier	Jean-Pierre DARDENNE	jeanpierreardenne@yahoo.fr	06 83 53 02 62	Technique / Perf'
Directeur	Éric ALBERT	albert.eric@gmail.com	06 81 20 14 41	Évènementielle
Membres	Florence ALONSO			Athlé Santé Loisir
	André BARBIER		05 63 71 15 77	
	Gilles FABAS	gilles.fabas@hotmail.fr	07 86 29 43 25	Intendance terrain
	Jean-Paul FONTES	jeanpaulfontes@yahoo.fr	06 31 83 37 01	
	David GRAND	castres.athletisme@gmail.com		Communication
	René LUGAT		05 63 72 07 88	Intendance terrain
Salariés	Ali ZNIBER	partenariat@castres-athletisme.fr	06 11 49 42 56	Partenariat
	Christophe BERTINO	cbertinofr@yahoo.fr	06 60 19 48 12	Athlé Santé Loisir
	Florian BOULEAU	florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr	06 70 15 10 24	Technique / Perf'

Contact/Renseignements : Florian BOULEAU / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr / 0670151024

2. Les horaires d'entraînements

JOUR	Horaires	Activités	Licences
LUNDI	10h00 à 11h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
	18h30 à 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
MARDI	14h30 à 16h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Cardio	Licence Athlé Santé
	17h30 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
MERCREDI	09h00 à 10h00	Athlé Santé Loisir : Sport Santé (accompagnement médical)	Licence Athlé Santé
	10h00 à 11h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Douce	Licence Athlé Santé
	14h00 à 15h30	EA - Eveils Athlétique (2014)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00	EA - Eveils Athlétique (2013 et 2012)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00	PO - Poussin(e)s (2011 et 2010)	Licence Découverte
	16h00 à 18h00	BE/MI - Benjamin(e)s et Minimes (2009 à 2006)	Licence Compétition
	18h30 à 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
JEUDI	10h00 à 11h30	Sport Adapté	Licence FFSA
	12h15 à 13h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
	12h15 à 13h30	Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail (stade ou nature)	Licence Athlé Running
	17h30 à 19h30	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition
 VENDREDI	17h30 à 19h00	BE/MI : Benjamin(e)s et Minimes (2009 à 2006)	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
SAMEDI	09h00 à 10h15	BA - Baby-Athlé (2016 et 2015)	Licence Découverte
	10h15 à 12h00	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition

Toutes les séances de Marche Nordique et de Remise en Forme sont ouvertes aux sportifs, débutants et/ou Séniors. Le lieu de RDV des séances de marche nordique change toutes les 3 semaines. Le planning est envoyé par mail. Le lieu peut être modifié en fonction de la météo, vous serez prévenu par sms et par mail le jour J.

Les séances de Nordic'Fit et Remise en Forme ont lieu au Stade du Travet de Castres OU au gymnase juste à côté.
Les séances ne sont pas maintenues durant les vacances scolaires.

3. Les différents entraîneurs et différentes catégories d'âges

Catégories d'âges	Année de naissance	Nombre de places disponibles	Responsables et entraîneurs
MA – Masters	1981 et avant	illimité	BARBIER André (Multi-disciplines) BOULEAU Florian (Epreuves Combinées) 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr CONJUNGO Michael (Lancers) 06 86 56 10 01 / conjungo@yahoo.fr DARDENNE Jean-Pierre (Multi-disciplines) 06 83 53 02 62 / jeanpierredardenne@yahoo.fr DEPREZ Patrick (Demi-Fond/Marche) 06 08 07 94 32 / deprezpatrick@neuf.fr GARDES Sandrine (Lancers) 06 84 31 29 95 / sgardes@yahoo.fr
SE – Seniors	1998 à 1982	illimité	
ES – Espoirs	2001 à 1999	illimité	
JU – Juniors	2003 à 2002	20 par groupe de spécialités	
CA – Cadets	2005 à 2004		
MI – Minimes	2007 à 2006	80 places	BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr BERTINO Christophe DARDENNE Jean-Pierre GARDES Sandrine / CONJUNGO Michael
BE – Benjamins	2009 à 2008		
PO – Poussins	2011 à 2010	50 places	BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr BARBIER André FABAS Gilles SOLAUX Alexis
EA - Eveils Athlétique	2014 à 2012	25 places par année de naissance = 75 places	BERTINO Christophe (2014) 06 60 19 48 12 / cbertinojr@yahoo.fr BOUEILH Francis (2012 et 2013) 06 76 14 21 34 / francis.boueilh@wanadoo.fr CONJUNGO Michael LUGAT René
BA - Babys Athlé	2016 et 2015	40 places	BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr GARDES Sandrine + jeunes athlètes du club
Marche Nordique			BERTINO Christophe (Mardi et Jeudi) 06 60 19 48 12 / cbertinojr@yahoo.fr BOULEAU Florian (Lundi, Mercredi et Vendredi) 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr TOCON Armelle (Mercredi matin) 06 40 48 45 98 / tocon.armelle@yahoo.fr
Running			BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr
Condition Physique / PPG			BERTINO Christophe 06 60 19 48 12 / cbertinojr@yahoo.fr
Remise en forme / Nordic'Fit			BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr TOCON Armelle 06 40 48 45 98 / tocon.armelle@yahoo.fr
Sport Adapté / Handisport			BOULEAU Florian 06 70 15 10 24 / florian.bouleau2021@castres-athletisme.fr

4. Prendre une Licence

Tarifs Annuels des licences

- Licence Athlé Compétition ou Athlé Découverte : **180€**
- Licence Athlé Santé Loisir ou Athlé Running Loisir : **180€**
- Tarif étudiant : **130€** (post baccalauréat – joindre la copie de la carte étudiant)
- Tarif entraîneur jeune (saison 2019/2020) : **70€**
- **TARIF FAMILLE** : 165€ pour 2^{ème} adhérent, 150€ pour 3^{ème} adhérent et suivant d'une même famille

Ce tarif comprend :

- L'assurance Individuelle Accident de la Fédération Française d'Athlétisme (0,60€),
- L'inscription payante de certaines compétitions,
- 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 : mode de paiement valable uniquement **JUSQU'AU 30/11/2020**.
- 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^{er} octobre 2020, tous les enfants, ainsi que les adultes, doivent être licenciés afin d'être en règle au niveau de l'assurance.

La cotisation (180€) ne pourra plus être remboursée une fois que la licence aura été enregistrée à la Fédération Française d'Athlétisme. Merci de remettre votre dossier d'inscription une fois que votre enfant ou vous-même êtes sûrs 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** (daté de moins de 3 mois et renseigné si possible sur le document du club ci-dessous avec le **cachet du médecin OBLIGATOIRE**)
 - **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...

www.castres-athletisme.fr *ou sur* www.tarn-sud-athletisme.fr

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 entraînements, des buvettes, des événements internes (10km de Castres, Compétitions, Fête du club ...), 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 2020/2021 ou envoyez un mail à : partenariat@castres-athletisme.fr . Merci.

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

LICENCIÉ DURANT LA SAISON 2019/2020 (*même dans un autre club ?*) | OUI / NON

N° DE LICENCE | NATIONALITÉ | SEXE | F / M

NOM | PRÉNOM |

DATE DE NAISSANCE | // // LIEU DE NAISSANCE |

ADRESSE |

CODE POSTAL | VILLE |

TÉLÉPHONE n°1 | TÉLÉPHONE n°2 |

ADRESSE EMAIL (**OBLIGATOIRE**) | @

2^{ème} ADRESSE EMAIL (si besoin) | @

SOUHAITEZ-VOUS UNE FACTURE ? OUI / NON

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 donc refaire un certificat médical.