

Membres du bureau et différentes commissions du Castres Athlétisme :

Fonction	Prénom et Nom	Adresse mail	N° de contact	Commissions
Présidente	<b>Sandrine GARDES</b>	sgardes@yahoo.fr	06 84 31 29 95	Juge / Buvette
Secrétaire	<b>Patrick DEPRez</b>	deprenzpatrick@neuf.fr	06 08 07 94 32	Technique / Perf'
Trésorier	<b>Jean-Pierre DARDENNE</b>	jeanpierredardenne@yahoo.fr	06 83 53 02 62	Technique / Perf'
Membres	<b>Gilles FABAS</b>	gilles.fabas@hotmail.fr	07 86 29 43 25	Intendance terrain
	<b>René LUGAT</b>		05 63 72 07 88	Intendance terrain
Salariés	<b>Christophe BERTINO</b>	cbertino@gmail.com	07 67 39 76 77	Athlé Santé Loisir
	<b>Jonathan CARTIER</b>	castres.athletisme@gmail.com	06 52 08 22 84	Technique / Perf'

Contact / Renseignements : Jonathan CARTIER / [castres.athletisme@gmail.com](mailto:castres.athletisme@gmail.com) / 06 52 08 22 84

### 1. Les horaires d'entraînements

<b>LUNDI</b>	<b>18h30 à 20h00</b> Athlé Santé Loisir : <b>Marche Nordique</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
<b>MARDI</b>	<b>10h00 à 11h30</b> <b>Sport Adapté</b>	<b>Licence FFSA</b>
	<b>14h30 à 16h00</b> Athlé Santé Loisir : <b>Marche Nordique Cardio</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>17h30 à 19h30</b> CA et plus - <b>Cadet(te)s à Masters et Handisport</b>	<b>Licence Compétition</b>
	<b>19h00 à 20h30</b> Athlé Running Loisir : <b>Route, Hors Stade et Trail</b>	<b>Licence Running</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>10h00 à 11h30</b> Athlé Santé Loisir : <b>Marche Nordique Douce</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>14h00 à 15h30</b> EA - <b>Eveils Athlétique</b> (2016)	<b>Licence Découverte</b>
	<b>14h00 à 16h00</b> EA - <b>Eveils Athlétique</b> (2015 et 2014)	<b>Licence Découverte</b>
	<b>14h00 à 16h00</b> PO - <b>Poussin(e)s</b> (2013 et 2012)	<b>Licence Découverte</b>
	<b>16h00 à 17h15</b> Athlé Santé Loisir : <b>Sport Santé + Remise en forme</b> (sport sur ordonnance)	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>16h00 à 18h00</b> BE/MI - <b>Benjamin(e)s et Minimes</b> (2011 à 2008)	<b>Licence Compétition</b>
<b>JEUDI</b>	<b>18h30 à 20h00</b> Athlé Santé Loisir : <b>Marche Nordique</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>10h00 à 11h30</b> <b>Sport Adapté</b>	<b>Licence FFSA</b>
	<b>12h15 à 13h30</b> Athlé Santé Loisir : <b>Marche Nordique</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>12h15 à 13h30</b> Athlé Running Loisir : <b>Route, Hors Stade et Trail</b> (stade ou nature)	<b>Licence Athlé Running</b>
<b> VENDREDI</b>	<b>17h30 à 19h30</b> CA et plus - <b>Cadet(te)s à Masters et Handisport</b>	<b>Licence Compétition</b>
	<b>17h30 à 19h00</b> BE/MI : <b>Benjamin(e)s et Minimes</b> (2011 à 2008)	<b>Licence Compétition</b>
	<b>19h15 à 20h45</b> Athlé Santé Loisir : <b>Condition Physique / PPG</b>	<b>Licence Athlé Running</b>
<b>SAMEDI</b>	<b>19h15 à 20h45</b> Athlé Santé Loisir : <b>Nordic'Fit</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>09h00 à 10h15</b> BA - <b>Baby-Athlé</b> (2018 et 2017)	<b>Licence Découverte</b>
	<b>10h30 à 12h00</b> CA et plus - <b>Cadet(te)s à Masters et Handisport</b>	<b>Licence Compétition</b>

Les entraînements se déroulent au Stade du Travet, Bd Albert Thomas à Castres ou au terrain de rugby de la Borde Basse les derniers Jeudis de chaque mois, pour une séance nature. En cas d'absence, les séances sont disponibles sur le site internet du club, accessible avec un mot de passe communiqué en début de saison, ou sur le Facebook du club. Les séances clubs ne sont pas maintenues durant les vacances scolaires mais vous sont, tout de même envoyées.

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

Catégories d'âges	Année de naissance	Nombre de places disponibles	Responsables et entraîneurs
MA – Masters	1983 et avant	illimité	<b>CARTIER Jonathan</b> (Multi-disciplines) 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>  <b>CONJUNGO Michael</b> (Lancers) 06 86 56 10 01 / <a href="mailto:conjungo@yahoo.fr">conjungo@yahoo.fr</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</b> (Lancers) 06 84 31 29 95 / <a href="mailto:sgardes@yahoo.fr">sgardes@yahoo.fr</a>
SE – Seniors	2000 à 1984	illimité	
ES – Espoirs	2003 à 2001	illimité	
JU – Juniors	2005 à 2004	20 par groupe de spécialités	
CA – Cadets	2007 à 2006		
MI – Minimes	2009 à 2008	80 places	<b>CARTIER Jonathan</b> 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>  <b>BERTINO Christophe</b> <b>DARDENNE Jean-Pierre</b> <b>GARDES Sandrine</b>
BE – Benjamins	2011 à 2010		
PO – Poussins	2013 à 2012	50 places	<b>CARTIER Jonathan</b> 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>  <b>FABAS Gilles</b> <b>VIALADE Julien</b>
EA - Eveils Athlétique	2016 à 2014	25 places par année de naissance = 75 places	<b>BERTINO Christophe</b> 07 67 39 76 77 / <a href="mailto:cbertino@gmail.com">cbertino@gmail.com</a>  <b>CONJUNGO Michael</b> <b>GARDES Sandrine</b> 06 84 31 29 95 / <a href="mailto:sgardes@yahoo.fr">sgardes@yahoo.fr</a>  <b>LUGAT René</b>
BA - Babys Athlé	2018 et 2017	40 places	<b>CARTIER Jonathan</b> 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>  <b>GARDES Sandrine</b> + jeunes athlètes du club
Marche Nordique			<b>BERTINO Christophe</b> (Mardi après-midi et Jeudi midi) 07 67 39 76 77 / <a href="mailto:cbertino@gmail.com">cbertino@gmail.com</a>  <b>CARTIER Jonathan</b> (Mercredi matin et soir) 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>  <b>TOCON Armelle</b> (Lundi soir) 06 40 48 45 98 / <a href="mailto:tocon.armelle@yahoo.fr">tocon.armelle@yahoo.fr</a>
Running			<b>CARTIER Jonathan</b> 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>
Condition Physique / PPG			<b>BERTINO Christophe</b> 07 67 39 76 77 / <a href="mailto:cbertino@gmail.com">cbertino@gmail.com</a>
Remise en forme / Nordic'Fit			<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>CARTIER Jonathan</b> 06 52 08 22 84 / <a href="mailto:castres.athletisme@gmail.com">castres.athletisme@gmail.com</a>

### 3. Prendre une Licence

---

#### Tarifs Annuels des licences

- Licence Athlé Compétition : **185€ + 25€ de prix de maillot compétition (pour ceux qui ne l'ont pas encore)**
- Licence Athlé Santé Loisir ou Athlé Running Loisir ou Athlé Découverte : **185€**
- Tarif étudiant : **135€** (post baccalauréat – joindre la copie de la carte étudiant)
- Tarif entraîneur jeune (saison 2020/2021) : **75€**
- **TARIF FAMILLE** : 170€ pour 2<sup>ème</sup> adhérent, 155€ pour 3<sup>ème</sup> 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 30/11/2022**.
- En Coupon Sport. (Après de certain CE)
- Le Pass'Sport (**avant le 31/10/2022**)
- 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 2022, tous les enfants, ainsi que les adultes, doivent être licenciés afin d'être en règle au niveau de l'assurance.**

**La cotisation (185€) 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)

### 4. 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](http://www.castres-athletisme.fr) ou sur [www.tarn-sud-athletisme.fr](http://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 2021/2022 ou envoyez un mail à : [partenariat@castres-athletisme.fr](mailto:partenariat@castres-athletisme.fr) . Merci.



**Saison 2022 / 2023**

**Demande de remboursement  
Course du Challenge du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc  
ou autre course - prise en charge par le club**

En début de saison 2021/2022, le Castres Athlétisme s'engage à vous fournir aux différents licenciés Running, la liste des courses du Challenge du Parc Naturel du Haut-Languedoc ou autre course, prises en charge par le club. Après votre inscription et votre participation à l'une des courses, le club s'engage à rembourser le montant de l'inscription sous réserve de votre demande.

Attention, le tarif remboursé ne sera que celui indiqué lors d'une inscription anticipée et non tardive où le tarif est augmenté.

Sans demande, aucune inscription ne sera remboursée automatiquement.

Nom et Prénom du coureur :

Nom de la course prise en charge par le club :

Date de la course :

Montant de l'inscription :

\_\_\_\_\_ €

Date de la demande de votre remboursement :

**Après vérification du trésorier de votre participation à la course, le club s'engage à faire le chèque, à votre nom, sous 15 jours après votre demande de remboursement.**

*(Papier à conserver et à photocopier à chaque demande de remboursement d'une course prise en charge par le Castres Athlétisme)*

# FORMULAIRE D'ADHÉSION AU CASTRES ATHLÉTISME (22/23) : RUNNING / PPG

LICENCIÉ DURANT LA SAISON 2020/2021 (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<sup>ème</sup> 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 l'Athlétisme (Running ou course à pied) 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 donc refaire un certificat médical.