



## ASSOCIATION « COURIR à COMINES »

### RÈGLEMENT INTÉRIEUR

#### SAISON 2019/2020

Ce règlement a été élaboré dans le but, non pas d'être une suite d'interdits mais de conseils qui doivent permettre la bonne marche du club. Par ailleurs, il doit aider au maximum les dirigeants, entraîneurs et athlètes dans leurs tâches respectives. Ce règlement est applicable à partir du 1er septembre 2019.

**Article 1 :** Le bureau, assure le bon fonctionnement du club. Il prend toute décision relative au déroulement des saisons, à l'entraînement sportif, à la recherche des partenaires, aux activités extra-sportives et aux orientations générales.

**Article 2 :** Pour devenir membre du club, il convient d'être âgé de 16 ans révolu (6 ans pour l'école d'athlétisme), fournir un certificat médical de moins d'un an au jour de son inscription au club attestant d'aucune contre-indication à la pratique de la course à pied ou de la marche nordique en entraînement et en compétition. Le certificat médical doit être renouvelé tous les ans, sauf cas particulier (voir : bulletin adhésion renouvellement 2019 2020, disponible sur notre site internet pour les personnes ne faisant aucune compétition).

**Article 3 :** Le montant de la cotisation est fixé annuellement par le bureau. Le versement de la cotisation doit être établi par chèque à l'ordre de l'Association au plus tard le 31 octobre de chaque année. Le paiement de la cotisation peut se faire également par virement :

IBAN : FR76 1562 9027 2600 0531 9754 068 BIC : CMCIFR2A

La cotisation englobe le montant de la licence reversé à la FSGT ainsi que la cotisation interne nécessaire au fonctionnement du club.

La saison débute le 1er septembre pour se terminer le 31 août de l'année suivante.

La cotisation versée à l'Association est définitivement acquise. Aucun remboursement de cotisation ne peut être exigé en cas de démission, d'exclusion, ou de décès d'un membre en cours d'année.

*Le non-respect de l'une des conditions des articles 2 et 3 fera que le futur adhérent se verra refuser son adhésion à l'association.*

**Article 4 :** La fiche d'inscription doit être complétée et visée par l'athlète ou un responsable légal. La signature de l'athlète ou du responsable légal sur la fiche d'inscription précédée de la mention « Lu et approuvé » vaut approbation du règlement intérieur et engage l'athlète pour la saison en cours. Seule la fiche remplie intégralement et avec exactitude sera acceptée. Le règlement intérieur est remis lors de la première demande d'inscription ou en cas de modification à l'ensemble des adhérents. Il est consultable sur le site internet de l'association.

**Article 5 :** La fréquence des entraînements, les jours et les horaires sont fixés par le bureau.

**Article 6 :** Les entraînements des différentes sections sont fixés actuellement de la manière suivante :

- **course à pied** : mardi et jeudi (18h45 à 20h), et dimanche matin (9h à 11h),
- **marche nordique** : mardi et vendredi (18h15 à 19h45), jeudi et samedi (13h30 à 16h) et dimanche (9h à 11h),
- **école d'athlétisme** : mercredi (17h à 19h),
- une séance de **renforcement musculaire** est proposée le mercredi (20h à 21h30) pour les membres de la section course à pied et marche nordique.

Les adhérents devront être en tenue aux lieux de rendez-vous aux horaires fixés sur le planning des entraînements.

En période hivernale, les entraînements de semaine se déroulant la nuit, les coureurs et marcheurs devront être équipés soit de gilet haute visibilité, de brassard fluorescent, d'un éclairage visible, ou du coupe-vent club avec bandes réfléchissantes. Il est fortement recommandé de prévoir un éclairage frontal pour la marche nordique. En cas de chaleur, il est également impératif de prévoir de l'eau pour éviter la déshydratation.

Tout participant dont l'équipement (ou l'état de santé) s'avérerait inadapté à la sortie proposée, de même qu'un pratiquant qui persisterait à ne pas respecter les principes de sécurité évoquées dans ce texte, se verra refuser la sortie.

Le pratiquant doit s'informer à l'avance, auprès de l'animateur, des difficultés potentielles de la sortie, notamment s'il pense que celle-ci risque de dépasser ses propres capacités physiques.

En cas d'alerte météo vigilance orange ou événement imprévu, la sortie du jour est annulée.

Les entraînements ou sorties autres que ceux proposés dans le planning officiel ne sont pas assurés par l'Association. Les autres jours et à d'autres horaires, les sorties seront sous l'entière responsabilité de l'adhérent. L'Association ne pourra en aucun cas être responsable d'un quelconque incident ou accident survenu lors de ces entraînements ou sorties personnelles.

Pour les sorties effectuées sur la voie publique, les adhérents devront respecter les règles du code de la route, respect des passages piétons, respect des feux de signalisation...etc. Pour les sorties nature (chemins, sous-bois ...), les adhérents devront veiller à respecter l'environnement.

**Article 7 :** Les parents sont tenus d'accompagner et de venir rechercher leurs enfants inscrits à l'école d'athlétisme impérativement dans la salle de sport et auprès des animateurs.

**Article 8 :** Chaque adhérent, lorsqu'il participe aux compétitions officielles, doit porter la tenue du club. Toutefois, il n'y a aucune obligation de participer à des compétitions. Chacun peut pratiquer la course à pied ou la marche nordique au niveau où il le souhaite.

**Article 9 :** Tout coureur ou marcheur participant à une compétition doit se conformer au règlement de la compétition du lieu de l'épreuve et respecter les décisions des officiels ainsi que les membres de l'organisation et les autres concurrents.

**Article 10 :** Tout adhérent est tenu de participer à l'organisation de la course des géants, soit le samedi, soit le dimanche.

**Article 11 :** Droit à l'image. Dans le cadre de notre association, des photos ou vidéos peuvent être utilisées en vue de promouvoir nos activités. Les personnes ne souhaitant pas apparaître en gros plan doivent en informer l'association par mail ou par courrier.

**Article 12 :** En devenant membre de COURIR A COMINES, chaque adhérent accepte le présent règlement, et s'engage à respecter les statuts ainsi que le règlement intérieur du club. Dans le cas où un adhérent ne respecterait pas le présent règlement, ou aurait un comportement inacceptable, le bureau se réserve le droit de prendre des sanctions à son encontre, voire de l'exclure définitivement du club.

**Article 13 :** Le présent règlement pourra être modifié à tout moment selon la libre appréciation du bureau. Toute modification, suppression ou ajout d'article dans le présent règlement, sera porté à la connaissance de chaque adhérent dans les plus brefs délais.

**Article 14 :**

Les modalités de fonctionnement de l'association sont les suivantes :

Le Bureau se réunit autant de fois que nécessaire au bon déroulement de l'organisation du club, et au moins une fois tous les deux mois.

L'Assemblée Générale a lieu une fois par an. Une invitation sera envoyée par le bureau au moins 15 jours avant la date fixée.