



SPORTS AU FEMININ

FICHE DE PRE INSCRIPTION 2026/2027

A remplir par l'adhérente

NOM : PRENOM : Date de naissance:.....

Adresse : Code postal :.....

Commune : Téléphone :

Email :

Cochez les séances choisies :

- ☐ Lundi 19h00/20h00 : crosstraining ☐ Lundi 20h15/21h15 : Yoga level 1
☐ Mardi 18h ou 19h : « mardi running »
☐ Jeudi 19h00/20h00 : Vinyasa Yoga
☐ Samedi 9h00/10h00 : Pilates ☐ Samedi à partir de 13h30 : Marche nordique (possibilité vendredi soir)

Participeriez-vous aux

- ☐ sorties ponctuelles ? ☐ Oui ☐ Non ☐ NSP
☐ semaines de la forme (1^{ère} semaine des vacances de février et avril? ☐ Oui ☐ Non ☐ NSP

Attestation assurance

J'atteste avoir une assurance responsabilité civile et être couverte pour la saison 2024 2025. Mon assurance est sous le numéro d'adhérent.....

Droit à l'image*

Je soussigné(e) autorise / n'autorise pas « Sports Au Féminin » à utiliser l'image de l'adhérente sur tout support médiatique (photographies/films) dans le cadre de l'utilisation du club (site web, journaux locaux et revues sportives). En cas de diffusion, je ne pourrais pas exiger une contrepartie financière à l'association.

Interventions médicales*

Je soussigné(e) autorise / n'autorise pas « SportsAuFéminin » à prendre toutes décisions qu'elle jugera utile en cas d'urgence, accident, maladie ou intervention.

Date et signature de l'adhérente ou du responsable pour les mineures

Certificat médical (valable 3 ans)

Je soussigné(e) Docteur certifie avoir examiné l'adhérente (nom et prénom) et déclare qu'elle ne présente aucune contre-indication à la pratique des activités sportives de l'association Sports Au Féminin

Fait le

Cachet et signature



Ma cotisation comprend

- L'assurance de la salle communale
- Les frais de la Sacem et Spré
- Les semaines de la forme (participation du SAF selon les activités proposées) - Les prestations des coaches

Remarques adhérentes

Mes objectifs	Mes contre indications	Autres
1. -----		
2. -----		
3. -----		

Réservé à l'association

A remplir par l'association		
☐ Certificat médical	☐ Cotisation 1 séance (162€)	
☐ Charte de bonne conduite	☐ Cotisation 2 séances (292€)	☐ Cotisation marche nordique (122€)
	☐ Cotisation 3 séances et plus (392€) : PACK SAF (sports au féminin) Réduction possible pour adhésion famille, étudiant ou demandeur d'emploi	



SPORTS AU FEMININ

CHARTRE DE BONNE CONDUITE 2026/2027

Pour un bon déroulement des séances et une pratique dans un cadre serein et agréable, nous vous demandons de respecter cette charte de bonne conduite.

Soyez à jour concernant votre inscription

Avoir complété et signé sa fiche d'inscription,

Avoir réglé sa cotisation annuelle.

S'assurer de la validité de son certificat médical (validité de 3 ans).

Ayez une tenue adaptée à la pratique sportive

Legging, survêtement, t-shirt respirant, pull (fin de séance, relaxation) et baskets propres. Serviette à mettre sur le tapis de gym, pour des raisons d'hygiène et à utiliser également pour s'essuyer. Une bouteille d'eau, boire régulièrement même par petites gorgées.

Rangez votre matériel utilisé dans le local

Il est même dangereux de laisser traîner des objets sur le sol.

Laissez votre téléphone éteint dans votre sac

C'est l'occasion de vous déconnecter réellement pendant une heure et de profiter à fond de votre séance. Si vous devez passer un appel, sortez de la salle au préalable.

Soyez discrète

Essayez de travailler en silence, ne laissez pas tomber brutalement vos poids par terre et restez concentrée.

Pratiquez-en toute sérénité

Toute personne non adhérente à l'association n'est pas autorisée à assister au cours. Accompagnateur ou enfants peuvent rester à l'entrée. L'enfant reste discret et est sous l'entière responsabilité de sa maman.

Dans la mesure du possible, prévenez le coach sportif en cas d'absence

Pensez à demander conseil afin de garder une régularité dans vos pratiques.

Pour des raisons d'hygiène, nous vous demandons de venir avec votre matériel (tapis de gym et petits accessoires), dans le cas contraire, du matériel sera prêté et désinfecté après chaque utilisation par vos soins.

J'ai bien pris connaissance de la charte de bonne conduite le

Nom Prénom :

Signature :

Le bureau de « Sports Au Féminin » vous remercie de votre compréhension