



## FICHE D'INSCRIPTION SAISON 2024 / 2025

NOM \_\_\_\_\_ PRENOM \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_

DATE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_

N° de téléphone \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_ n° de portable \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_

COURRIEL : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

N° de licence FFR obligatoire et nom du club pour les adhérents d'un autre club FFRandonnée .....

.....  
**1ere Adhésion Randonneurs Seynois (ou renouvellement) + licence avec assurance : 60 €**

**Adhésion (ou renouvellement) + licence compétiteur Longe Côte : 81 €**

**Adhésion si déjà licencié dans un autre club affilié à FFRandonnée : 35 € (copie licence obligatoire)**

**Adhésion + licence jeune (jusqu'à 25 ans) 14 €**

### Documents à fournir :

1/ FICHE D'INSCRIPTION

2/ CHEQUE n° ..... BANQUE.....MONTANT ..... A L'ORDRE DES  
RANDONNEURS SEYNOIS. **Un règlement est possible en 2 fois uniquement (chèques versés  
d'avance)**

3/ **UN CERTIFICAT MEDICAL d'aptitude de moins de 6 mois obligatoire pour une 1ere inscription club**

Document non contractuel et ne pas jeter sur la voie publique

- Je déclare être informé que les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné au secrétariat du club, et sur lesquelles je bénéficie d'un droit d'accès et de résiliation.
- J'accepte que les informations saisies dans ce formulaire soient utilisées, exploitées, traitées pour permettre de me recontacter, pour m'envoyer toutes les infos, dans le cadre de la relation qui découle de cette inscription
- Je déclare avoir pris connaissance des statuts et règlement intérieur (sur notre site)
- Pour le renouvellement de mon inscription, j'atteste avoir répondu NON à toutes les questions du « questionnaire de santé » (disponible sur notre site)

La Seyne sur Mer, le

Signature

## **Certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive**

Le ..... à.....

Je, soussigné(e), Dr .....déclare avoir examiné

Mme / M..... âgé(e) de.....

Et n'avoir pas constaté, à ce jour, de signe clinique ni d'antécédent personnel contre-indiquant la pratique de :

- La Randonnée Pédestre :
  - en compétition Rando challenge, Marche endurance, Géocaching, Marche rapide, Marche avec bâtons, Fast hiking
  - hors compétition
  
- La Marche Nordique
  - en compétition
  - hors compétition
  
- La Raquette à Neige hors compétition
  - en compétition
  - hors compétition
  
- La Marche Aquatique Côtière / Longe-côte
  - en compétition + trail longe côte, Randonnée longe côte et longe côte free style
  - hors compétition
  
- La Rando Santé® (adaptée à des marcheurs dont la performance physique est diminuée temporairement ou durablement)

*Cher Confrère, Chère Consœur,*

*Pour permettre à nos animateurs Rando Santé® de mieux encadrer le pratiquant, nous vous demandons d'ajouter les conseils suivants **si vous le jugez pertinent** :*

Altitude à ne pas dépasser : .....

Fréquence cardiaque à ne pas dépasser : .....

Dénivelé horaire (total) à ne pas dépasser : .....

Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : **oui / non**

**TAMPON**

**SIGNATURE**