



## Bulletin d'adhésion 2026 / 2027

NOM DE NAISSANCE : ..... NOM D'USAGE : .....  
PRÉNOM(S) : ..... DATE DE NAISSANCE : .....  
LIEU DE NAISSANCE : ..... N° DE TÉLÉPHONE : .....  
E-MAIL : ..... (pour l'envoi de la licence)  
ADRESSE : .....  
CODE POSTAL : ..... VILLE : .....

**Attention, créneaux au choix (si intéressé.e), séances limitées à 25 personnes :**

- Gym pour tous (lundi matin) : ☐ 9h30 ou ☐ 10h45
- Yoga : ☐ mercredi à 10h ou ☐ jeudi à 10h

### PAIEMENT

| RÉPARTITION DE LA COTISATION      |                 |
|-----------------------------------|-----------------|
| Adhésion à l'association          | 134,50 €        |
| Licence Fédération Sport Vitalité | 25,00 €         |
| Part départementale / régionale   | 5,50 €          |
| <b>COTISATION TOTALE DUE</b>      | <b>165,00 €</b> |

La cotisation est annuelle et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement.

☐ Je règle 165 € en espèces

☐ Je règle 165 € par virement bancaire :

IBAN **FR76 1090 7000 4627 3210 4615 841**

*Dans le libellé, indiquez vos nom / prénom et « cotisation 2026 »*

☐ Je règle par chèque (1, 2 ou 3 chèques)

*Si 3 chèques :*

Date encaissement du 1<sup>er</sup> chèque de 65 € : .....

Date encaissement du 2<sup>e</sup> chèque de 50 € : .....

Date encaissement du 3<sup>e</sup> chèque de 50 € : .....

*(au plus tard 31/12/2026)*

**Date et signature**

**(à découper)** .....

|       | Lundi                                                                    | mardi                                                                  | Mercredi                                             | Jeudi                                                                    | Vendredi                                                                 |
|-------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 9h30  | 9h30-10h30<br>Gym pour tous<br>Johanna<br>Salle Offenbach Carmes         |                                                                        |                                                      |                                                                          |                                                                          |
| 10h   |                                                                          | 10h-11h<br>Pilates / Stretching<br>Johanna<br>White studio - Deep Move | 10h-11h<br>Yoga<br>Johanna<br>Salle Offenbach Carmes | 10h-11h<br>Yoga<br>Johanna<br>Salle Offenbach Carmes                     |                                                                          |
| 10h45 | 10h45-11h45<br>Gym pour tous<br>Johanna<br>Salle Offenbach Carmes        |                                                                        |                                                      |                                                                          |                                                                          |
| 15h   | 15h-16h<br>Gym tonique<br>Antoine / Maxence<br>Salle Offenbach Carmes    |                                                                        |                                                      | 15h-16h<br>Gym tonique<br>Jonathan<br>Salle Offenbach Carmes             |                                                                          |
| 19h   | 19h-20h<br>Cardio training<br>Cédric<br>Gymnase collège Toulouse-Lautrec |                                                                        |                                                      | 19h-20h<br>Cardio training<br>Cédric<br>Gymnase collège Toulouse-Lautrec | 19h-20h<br>Cardio training<br>Cédric<br>Gymnase collège Toulouse-Lautrec |

Salle Offenbach – 8 place des Carmes

Gymnase collège Toulouse-Lautrec - 1 av. Léon Blum

white studio Deep Move – 12 rue Pasteur

Questionnaire de santé ou certificat médical obligatoire

Contacts et informations : [gymclublangonnais@gmail.com](mailto:gymclublangonnais@gmail.com)

Jeanne-Marie 06 61 12 22 49

Eliane (Marie) 06 87 65 68 71

Pauline 06 33 79 12 26

<https://www.intramuros.org/langon/associations/187988>

# Questionnaire de santé pour le sportif majeur

## ANNEXE 4 - questionnaire de santé – Majeurs

### Volet à conserver par le licencié

L'exercice physique pratiqué d'une façon régulière constitue une occupation de loisir saine et agréable. Beaucoup de personnes devraient augmenter leur niveau d'activité physique au quotidien, et ce tous les jours de la semaine. Mener une vie active est bénéfique pour la santé de tous.

Ce questionnaire vous dira s'il est nécessaire pour vous de consulter un médecin afin d'établir l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives.

| S'il vous plaît, répondez soigneusement et honnêtement à ces 6 questions : cochez Oui ou Non                                                                                                                                    | OUI                      | NON                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1) <b>Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque, d'une d'hypertension artérielle, d'une affection de longue durée (ALD) ou d'une autre maladie chronique</b>                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) <b>Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?</b>                                                                                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) <b>Ressentez-vous une douleur à la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel au repos, une fatigue intense au cours de vos activités quotidiennes ou lorsque vous faites de l'activité physique?</b>           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) <b>Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liés à des étourdissement ou avez-vous perdu connaissance au cours des 12 derniers mois?</b>                                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) <b>Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ?</b>                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6) <b>Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?</b> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié

• Si vous avez répondu NON à toutes les questions ci-dessus, merci de remplir et signer l'attestation sur l'honneur ci jointe et la remettre à votre club.

• Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs des questions ci-dessus, votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous examine et vous délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club. Le certificat médical doit dater de moins de 6 mois.

### Volet à remettre au club

#### ATTESTATION EN VUE DE L'OBTENTION OU DU RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE À LA FFSV

Je soussigné M/Mme : ....., né(e) le..... atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir répondu par la négative à l'ensemble des questions du questionnaire de santé.

Saison: 20 ...../..20.....(A compléter),

Club.....(Nom du club à compléter)

A ....., le ...../...../....

Signature

# ASSOCIATION GYM CLUB LANGONNAIS

---

## REGLEMENT INTERIEUR

### PRÉAMBULE

Le présent règlement intérieur a pour objet de préciser les modalités d'application des statuts et de définir les règles de fonctionnement de l'association Gym Club Langonnais.

### TITRE 1 – APPLICATION DU REGLEMENT INTERIEUR

#### Article 1 : Application

Le présent règlement est applicable à tous les membres de l'association, qui s'engagent à le respecter.

Un exemplaire du présent règlement est remis à chaque membre.

Tout manquement aux dispositions du présent règlement pourra entraîner, après mise en demeure, l'exclusion du membre fautif.

#### Article 2 : Modification

Le règlement intérieur de l'association Gym club Langonnais est établi, adopté et modifié le cas échéant par le Bureau à la majorité des voix.

Le nouveau règlement intérieur sera adressé à chacun des membres de l'association par mail dans un délai d'un mois suivant la date de la modification.

### TITRE 2 –ADHESION A L'ASSOCIATION

#### Article 3 : Cotisation

Les membres de l'association doivent s'acquitter d'une cotisation annuelle, dont le montant est fixé par le Comité directeur, quelle que soit la date d'entrée dans l'association. La cotisation est une somme d'argent versée par l'adhérent permettant le bon fonctionnement de l'association pendant la saison sportive entière. Elle ne constitue pas la contrepartie d'une prestation.

Toute cotisation versée est définitivement acquise. Aucun remboursement de cotisation ne peut être exigé en cas de renoncement de la qualité de membre de l'association, d'exclusion, de décès d'un membre en cours d'année ou de force majeure.

Il est précisé qu'est notamment entendu par cas de force majeure : les épisodes pandémiques, la guerre, l'émeute, le blocage des moyens de transport et des réseaux de télécommunication, les dispositions d'ordre législatif ou réglementaire apportant des restrictions à la pratique d'activités physiques, ainsi que tous les cas retenus par la jurisprudence et tout autre cas indépendant, irrésistible et extérieur rendant impossible l'exécution du contrat d'adhésion à l'association

#### Article 4 : Admission de nouveaux membres

L'association peut à tout moment accueillir de nouveaux membres.

#### Article 5 : Conditions d'adhésion

La personne qui souhaite pratiquer une activité physique au sein de l'association s'engage à lui fournir le bulletin d'adhésion dûment complété accompagné du :

- Certificat de non-contre-indication à la pratique sportive datant de moins de 6 mois, ou le cas échéant, de l'attestation selon laquelle le pratiquant a répondu négativement à toutes les questions du questionnaire de santé.
- Le règlement de la cotisation.

L'absence de fourniture de ces documents entraîne un refus d'accès aux séances.

### **TITRE 3 - FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION**

#### **Article 6: La tenue de l'Assemblée générale**

Le bureau de l'association est chargé de s'assurer que l'assemblée générale peut régulièrement se tenir et notamment que le quorum de délibération fixé par les statuts est atteint.

Avant le début de l'assemblée générale, une feuille de présence doit être signée et les éventuelles procurations recueillies.

Lorsque le bureau de l'association valide l'atteinte du quorum, l'assemblée générale est déclarée ouverte.

### **TITRE 4 : LE PRATIQUANT DE L'ASSOCIATION**

#### **Article 7 : Droits et engagements du pratiquant**

Le pratiquant de l'association s'engage à :

- Respecter les autres membres de l'association (pratiquants et dirigeants), ainsi que les éducateurs sportifs chargés de l'animation des séances auxquelles il participe ;
- Proscrire tout propos, ou comportements à caractère injurieux, discriminatoire, sexiste, diffamatoire, raciste, homophobe, ou portant atteinte à l'intégrité physique ou morale d'autrui ;
- Veiller à la sécurité et à l'hygiène des locaux dans lesquels il pratique ;
- Prendre soin du matériel mis à sa disposition au cours des séances.

L'adhésion à l'Association donne également le droit aux pratiquants de participer à la vie associative du Club (présence à l'Assemblée Générale et aux événements conviviaux organisés par l'association notamment).

#### **Article 8 : Sécurité du pratiquant**

##### **Article 8.1 : Tenue de sport**

Le pratiquant s'engage à porter une tenue vestimentaire adaptée à la pratique sportive proposée au sein de l'association, conformément aux indications des animateurs et de l'équipe dirigeante. Il s'agit notamment de :

- porter des chaussures de sport propres exclusivement dédiées cette pratique ;
- se changer dans les vestiaires prévus à cet effet.

L'association se réserve le droit de refuser l'accès à la séance au pratiquant ayant une tenue inadaptée à la pratique sportive et pouvant impacter sa sécurité ou celle des autres pratiquants.

##### **Article 8.2 : Sécurité du lieu de pratique**

L'association se réserve le droit de refuser un adhérent si la capacité maximale du lieu de pratique est atteinte ou si l'adhérent adopte un comportement susceptible de porter atteinte à sa sécurité ou à celle des autres pratiquants.

Date et Signature

23/08/2025

La Présidente



La Secrétaire

Pauline Lacan  
