

MODALITES D'INSCRIPTIONS

Cette année encore, l'accent est mis sur le respect des règles sanitaires relatives au COVID-19, et le respect de l'organisation des activités du Club afin que chacun participe à la sécurité individuelle et collective.

ADHESION – COTISATION

La cotisation est obligatoire pour tous les participants quelle que soit l'activité pratiquée au sein du Club (assurance fédérale incluse)

L'adhésion est valable dès validation de votre inscription et ce jusqu'au 30 juin 2022

La demande d'adhésion FFC doit être complétée et signée par vous-même et la partie médicale complétée et signée par votre médecin.

Le certificat médical annuel est une exigence de la Fédération Française de Cardiologie pour tous les adhérents des Clubs Cœur et Santé répartis sur le territoire français – Une nouvelle mention a été ajoutée : ne présente aucune contre-indication à d'éventuelles séances d'activités physiques adaptées encadrées par visioconférence – Si le médecin rédige le certificat de non contre-indication sur un autre support que la fiche d'adhésion, merci de lui demander d'ajouter cette mention.

Cette année nous y associons un questionnaire de santé (à remplir éventuellement avec l'aide de votre médecin traitant) indispensable pour adapter l'activité à votre état de santé et la pratiquer en toute sécurité Ce questionnaire, que vous voudrez bien mettre sous enveloppe (non affranchie) pour en respecter la confidentialité, ne sera lu que par le Docteur Régis DETURCK, cardiologue-référent du Club, restera à votre disposition et sera conservé selon les mêmes modalités qu'un dossier médical

INSCRIPTION AUX ACTIVITES

Par courrier uniquement à partir du 16 août 21 : envoi postal, ou dépôt dans la boîte aux lettres du Club 1 avenue de Châteaudun BP 50050 41913 BLOIS CEDEX 9

N'hésitez pas à nous joindre pour tout renseignement au 07 55 61 97 51

Dossier complet (Formulaire d'inscription activités Club signé + Demande d'adhésion FFC signée adhérent et médecin + questionnaire de santé + règlements : 1 chèque cotisation de **26 € + 1 chèque par activité choisie**. Les chèques en règlement des activités seront encaissés au démarrage de l'activité.

⇒ **Pour le Fitball** : Tarif de **60 €** l'activité ne débutant que le 05 janvier 2022

Pré-inscription possible en envoyant Formulaire d'inscription, questionnaire de santé + règlements Demande d'adhésion FFC signée adhérent et médecin obligatoire à envoyer dès que possible

PARTICIPATION AUX ACTIVITES : uniquement si votre inscription a été validée par mail ou téléphone.

Rappel : sans certificat médical il n'est pas possible de participer aux activités y compris les marches, et aucun dossier ou document ne sera accepté pendant les activités.

Des interruptions temporaires ou définitives des activités ne pourront donner lieu à remboursement.
Les absences aux cours ne sont pas rattrapables.

Les activités sont encadrées par un animateur qui définit les règles de fonctionnement. Pour le bon déroulement chacun doit faire preuve de discipline et avoir une attitude responsable.

Pour la marche, encadrée par des bénévoles qualifiés, aucun participant ne peut décider de quitter unilatéralement le groupe ou de changer d'itinéraire, sauf autorisation exceptionnelle du responsable de la marche et en aucun cas seul. Seuls les adhérents peuvent participer aux marches (pas d'invités possibles)

Rappel des consignes générales COVID-19 – Livret des mesures de Prévention FFC – Ces mesures peuvent évoluer en fonction des recommandations sanitaires nationales

- Dans le cas d'une pathologie chronique décompensée (non stable, aggravation récente) : pas de reprise. En cas de doute, prendre l'avis de son médecin traitant
- Dans le cas d'une présence ou d'une suspicion de symptômes de la COVID-19, prévenir au plus tôt le Club (le référent COVID-19 fera remonter l'information à l'AC régionale) et ne pas venir aux séances tant que l'on n'a pas eu rendez-vous avec son médecin traitant et qu'il n'a pas donné son accord à la reprise de activités de phase III.
- Dans tous les cas : les adhérents doivent porter leurs masques pour circuler avant et après l'activité physique.
- Dans tous les cas, il faut respecter les gestes barrières et en particulier les distances et le lavage des mains
- **Dans les cas d'activités physiques se déroulant en établissement sportif (gymnase, dojo, stade, piscine couverte ou non, etc...) ou à l'hôpital ainsi que pour les activités extérieures nécessitant une déclaration ou autorisation préfectorale, le pass sanitaire est obligatoire au moins jusqu'au 15 novembre.**
- Apporter sa gourde ou bouteille d'eau individuelle marquée à son nom
- Apporter matériel de sport individuel (tapis de sol, ou à défaut serviettes, coussins, etc...) Aucun prêt de matériel entre participants
- Les lieux de l'activité physique sont réservés aux seuls adhérents (pas d'accompagnateurs ni de public possible)