



Gym Rando Vizille, 196 rue Pierre et Marie Curie, 38220 Vizille
Adresse Mail : gvvizille@yahoo.fr Site Internet : <http://gvvizille.free.fr>

N° 10708 à la Fédération Française Randonnée Isère

REPRISE DES ACTIVITES – SAISON 2024 / 2025

Les activités de Gym Rando Vizille s'adressent aux adultes à partir de 16 ans.

Adhérer à l'association est obligatoire pour être assuré par la MAIF :

- soit en payant 15 euros en plus de l'inscription aux **activités gymniques** (en salle),
- soit en prenant une licence **FFRandonnée** en vous inscrivant à la randonnée.

Ces activités reprennent à partir du lundi 16 septembre 2024, et jusqu'au 28 juin 2025, hors vacances scolaires et jours fériés.

Pour vous inscrire, compléter le **formulaire d'inscription** ci-joint, et joindre :

- Le(s) **chèque(s)** libellé(s) à l'ordre de « Gym Rando Vizille » qui seront encaissés à partir du 20 octobre 2024 (possibilité de faire 2 ou 3 chèques).

IMPORTANT :

Un certificat médical de moins de 6 mois est obligatoire :

- **si vous répondez « OUI »** à une ou plusieurs questions du questionnaire de santé (voir cerfa 15699*01 en page suivante),
- ou **si c'est votre première prise de licence FFRandonnée**, ou si vous avez eu une interruption d'au moins deux saisons sportives.

Dans les autres cas, signer simplement l'attestation en point 1 de la fiche d'inscription.

Merci de nous retourner votre dossier complet, dès maintenant, sans les agraffer :

Soit par courrier à « **Gym Rando Vizille, 196 rue Pierre et Marie Curie, 38220 Vizille** » ou par dépôt dans la boîte aux lettres qui est relevée quotidiennement.

Soit en vous rendant au **Forum des Associations, samedi 7 septembre** dès 11h, au Gymnase du Parc, avenue Aristide Briand, ou à la **permanence, mercredi 11 septembre** de 17h à 19h, dans notre salle au 1^{er} étage du Boulodrome de l'Alliance, 196 rue Pierre et Marie Curie à Vizille.

- Les responsables de cours ne prennent pas les documents pendant les cours.

Il est important de vous inscrire rapidement et avant le 30 septembre, en effet :

- Le nombre de participants à certains cours est limité par la capacité d'accueil des structures, par conséquent les inscriptions pourront être closes dès le quota atteint.

- **Si le nombre d'inscrits est insuffisant**, certains cours peuvent être supprimés dès le début de la saison.

Questionnaire strictement personnel qui ne doit pas être transmis



Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
A ce jour		
7) 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 ?	☐	☐
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.