

## Instructions pour remplir le formulaire d'adhésion au club

1. Remplir le formulaire en **LETTRES MAJUSCULES** y compris l'**adresse e-mail**.
2. Ne joindre une enveloppe timbrée à votre adresse que **si vous n'êtes pas en mesure d'imprimer ou télécharger la licence** qui vous est envoyée par e-mail
3. N'oubliez pas de **compléter la rubrique « personne à joindre en cas d'urgence »**. N'**indiquez qu'une seule personne**, l'inscription sur le site de la FFRP ne pouvant en comporter qu'une.
4. Les montants indiqués pour les différents coûts d'adhésion comprennent le **coût de l'adhésion au Club et de la licence FFRP**.
5. **La date, la mention « lu et approuvé » et la signature** sont à apposer en bas de la page 1 du formulaire.
6. L'Attestation de « **Réponses négatives au questionnaire de santé** » n'est à compléter que si vous avez un **certificat médical encore valable** (moins de 3 ans à la date de l'inscription) et que vous avez répondu négativement à toutes les questions posées dans ce questionnaire.  
Ne renvoyez pas le questionnaire de santé avec votre inscription : **CONSERVEZ-LE. Conservez également les pages 3 et 4 du formulaire.**
7. **Pour les personnes ayant déjà une licence délivrée par un autre club : fournissez**
  - a. **Une copie de la licence individuelle ou de la licence familiale.**
  - b. **Une copie si possible du certificat médical ou éventuellement l'indication de la date de délivrance de ce certificat.**
8. Les demandes de licences FFME sont à envoyer à :  
**Madame Sylvie BEAUCHET**  
**Résidence les Cèdres**  
**31 Allée des Marronniers**  
**06370 MOUANS-SARTOUX**



# SCMS

# Randonnée Montagne

Affilié à la FFR et à la FFME

Hôtel de Ville 06370 Mouans Sartoux

**Demande d'adhésion**  **Demande de réinscription** **2022-2023**

À compléter, à envoyer ou à remettre, accompagné obligatoirement :

- du ou des **certificat(s) médicaux ou attestations (cf verso) et du paiement par chèque à l'ordre du SCMS Randonnée Montagne**
- pour les licences FFME, en plus des documents précédents, du bulletin d'assurance

à: **Jean-Paul WEIBEL - 30, chemin du Garagai - Plascassier - 06130 GRASSE**

**TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ**

Je soussigné:

## A REMPLIR EN LETTRES CAPITALES

Nom : ..... Prénom : .....

Sexe :  Masculin..... Féminin..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

☎ Domicile : ..... ☎ Portable : .....

Adresse e-mail : .....@.....

**Personnes rattachées (conjoint, partenaire Pacsé, enfants.... s'il y a lieu) :**

Nom	Prénom	Date de naissance	Sexe
.....	.....	.....	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
.....	.....	.....	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
.....	.....	.....	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F

**Personne à joindre en cas d'urgence:**

Prénom et Nom ..... ☎ .....

**Coût de l'adhésion comprenant la cotisation au club et la licence (cocher le type de licence choisi)**

<u>Licence FFR</u>	montant	<u>Licence FFME</u>
IRA.....	42,50 € <input type="checkbox"/>	Individuel couple (par personne)
FRA.....	78,80 € <input type="checkbox"/>	base.....82,00 € <input type="checkbox"/> .....79,00 € x..... pers= .....
IMPN.....	52,50 € <input type="checkbox"/>	base+.....85,00 € <input type="checkbox"/> .....82,00 € x..... pers= .....
FMPN.....	98,80 € <input type="checkbox"/>	base++.....92,00 € <input type="checkbox"/> .....89,00 € x..... pers= .....
FRAMP.....	52,10 € <input type="checkbox"/>	option ski piste 5,00 € <input type="checkbox"/> x..... pers= .....
Option « Passion rando »	10,00 € <input type="checkbox"/>	option indemnité journalière IJ1 18€ <input type="checkbox"/> IJ2 30€ <input type="checkbox"/> IJ3 35€ <input type="checkbox"/>

**cotisation club** (ne concerne que les licenciés auprès d'un autre club) : individuel : 12,00 €  famille : 18,00 €

**Dans ce cas fournir obligatoirement une copie de la licence (individuel)  ou des licences (famille)**

Pour les pratiquants :

- **Pâquerette, Primevère, Marche Nordique, Rando-Santé** prendre une **licence FFR**, soit IRA (individuelle), soit FRA (famille)
- **Gentianes**, prendre une **licence FFR**, soit IMPN (individuelle), soit FMPN (famille)
- **Edelweiss**, prendre la **licence FFME**. Ajouter **5€ pour la pratique du ski de piste ou du ski de fond** dans le cadre FFME

demande à adhérer à l'association **Sporting Club de Mouans-Sartoux Randonnée Montagne**

**J'accepte les obligations mentionnées au dos de la présente, dont je certifie avoir pris connaissance.**

A Mouans-Sartoux, le : ..... **ATTENTION SIGNER OBLIGATOIREMENT L'ATTESTATION page 2**

Signature (précédée de la mention « lu et approuvé »)

## OBLIGATIONS LIÉES A L'ADHÉSION

- J'ai noté que la loi N° 84-610 du 16 juillet 1984 fait obligation aux Associations d'une Fédération Sportive d'assurer leur responsabilité civile et celle de leurs adhérents.
- Je reconnais qu' outre cette garantie qui me sera acquise, il m'a été proposé, au choix, plusieurs formules d'assurance pour couvrir mes propres accidents corporels et éventuellement ceux des personnes rattachées.
- Je m'engage à être convenablement équipé, ainsi que les autres personnes éventuellement rattachées, comme il est stipulé dans le règlement intérieur du club.
- Je m'engage à prendre connaissance du règlement intérieur du club et à le respecter. Ce règlement intérieur est disponible auprès du secrétariat de l'association et sur le site internet du club. Il pourra m'être fourni lors de l'inscription, à ma demande.

Les informations recueillies sont nécessaires à la prise en compte de mon adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée et du RGPD, je bénéficie d'un droit d'accès et de rectification des informations qui me concernent. Si je souhaite exercer ce droit, je peux le faire en m'adressant au secrétariat du club.

Par ailleurs, le club se réserve de publier sur son site internet et dans sa communication publique, les photos prises à l'occasion des sorties ou manifestations qu'il organise.

**En application du droit à l'image, je ne souhaite pas, moi-même et les personnes rattachées, figurer sur ces photos publiées par le club. Cocher**

### CERTIFICAT MEDICAL (application de la loi du n°2016-41 du 26 janvier 2016)

**Je prends note qu'un certificat médical de moins d'un an est obligatoire dans les cas suivants :**

- à la première adhésion,
- pour les réadhésions si :
  - o j'ai donné au moins une réponse positive aux points du questionnaire de santé (p 3/4)
  - o mon certificat médical précédent date de plus de 3 ans .

Ce certificat doit stipuler selon la ou les disciplines retenues, l'absence de contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre en montagne et/ou à la marche nordique et/ou à la randonnée-santé (FFRP) et/ou aux sports de montagne alpinisme, ski de randonnée et escalade (FFME).

**Ce certificat est valable pour 3 ans** à compter de sa date d'émission **sous réserve de signature des attestations ci-dessous** par chacune des personnes figurant au recto (adhérent et rattachées), la signature doit être celle de chacune de ces personnes en regard de son nom pour les personnes majeures, pour les mineurs la signature du responsable parental (avec nom et prénom du signataire).

**A défaut d'attestation, un certificat médical de moins d'un an est exigé pour chaque personne..**

### **ATTESTATION DE REPONSE NEGATIVE à la totalité des questions du questionnaire de santé (voir 3/4) pour chacune des personnes ci-dessous**

<b>Qualité</b>	<b>Prénom</b>	<b>Nom</b>	<b>Signature</b>
<b>Adhérent</b>			
<b>Personne Rattachée 1</b>			
<b>Pour les mineurs Responsable parental*</b>			
<b>Personne Rattachée 2</b>			
<b>Pour les mineurs Responsable parental*</b>			
<b>Personne Rattachée 3</b>			
<b>Pour les mineurs Responsable parental*</b>			
<b>Personne Rattachée 4</b>			
<b>Pour les mineurs Responsable parental*</b>			

\* Nom prénom et signature du responsable parental pour les enfants mineurs

## **A CONSERVER**

### **QUESTIONNAIRE DE SANTE**

**ATTENTION** : en cas de réponse positive à une seule de ces questions un certificat médical récent de moins d'un an est exigé.

**Durant les 12 derniers mois :**

1. Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicquée ?
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...) 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 ?

**Nota** : les réponses formulées engagent la seule responsabilité de l'adhérent et de chaque personne rattachée (pour les mineurs, leur responsable parental)

**Si vous répondez NON à chacune de ces 9 questions remplissez et signez au dos du formulaire d'inscription l'attestation correspondante qui engage votre responsabilité et celle de chacun des signataires pour les personnes rattachées.**

**Sinon fournissez obligatoirement avec votre feuille d'inscription le ou les certificat(s) médical (médicaux) correspondant.**

### **AUTRES INFORMATIONS**

#### **Licence et assurance**

La validité de la licence/assurance court du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août, bien que vous soyez couverts par l'assurance jusqu'au 31 décembre (FFR) ou jusqu'au 30 novembre (FFME).

**N'oubliez pas de renouveler votre licence à partir du mois de septembre** sans attendre la fin de l'année, pour éviter de ne plus être assuré si, pour une raison quelconque, le courrier prenait du retard.

Pour les renouvellements de licence, la date limite fixée par le club est le jour de l'Assemblée Générale se tenant, le plus souvent, dans le courant du mois d'octobre.

#### **Récupération des licences:**

- Dématérialisée et transmise par email pour (FFME et en expérimentation FFRP)
- Soit par envoi au domicile pour les adhérents sans e-mail

**Dans ce cas, veuillez joindre une enveloppe timbrée format A5 correctement affranchie lors de votre demande d'adhésion.**

**Réunions d'informations** : un mercredi sur deux, à 19 Heures, salle de réunion du Gymnase de Mouans-Sartoux (sous réserve des mesures COVID cf programme semestriel p 2 et 3).

**Accueil des nouveaux adhérents** : il est assuré par Françoise Charmeux tél 06 75 23 89 02  
e-mail : [fg-charmeux@orange.fr](mailto:fg-charmeux@orange.fr)

**Site internet** : <http://mouans-sartoux-randonnee-montagne.asso.fr>

**Inscriptions sur la liste de diffusion du club** : transmettez par email vos noms et prénoms à [fauvetal@hotmail.fr](mailto:fauvetal@hotmail.fr)

## LICENCES

- **La licence FFME** (Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade) :

Elle permet de pratiquer la montagne sous toutes ses formes, y compris l'alpinisme, l'escalade, la via ferrata, le ski de randonnée alpine, le ski de fond, la raquette à neige... Elle permet l'utilisation de matériel spécifique généralement utilisé en haute montagne (encordements, piolets, crampons, baudrier).

Voir la notice d'information Allianz FFME ( sur le site, page adhérer et secrétariat)

⇒ Dans notre club cette licence est obligatoire pour marcher dans le groupe Edelweiss.

- **Les licences FFRP** (Fédération Française de Randonnée):

La licence de base IRA (individuelle), FRA (famille) ou FRAMP (famille monoparentale) couvre: la pratique de la randonnée sur et hors sentier, la raquette à neige en toutes zones, le ski de fond sur et hors piste, la marche nordique et autres marches rapides et de nombreuses activités de plein air.

La licence IMPN ou FMPN permet en plus la randonnée alpine et de montagne avec parcours sur glaciers, passages avec petite escalade et, plus généralement dès que l'itinéraire exige en toute circonstance une technique et/ou un matériel spécifique à la haute montagne sans toutefois dépasser la cotation PD (peu difficile), la via ferrata et les sports de glisse (ski et surf alpin, de randonnée, de montagne, canoé-kayak, canyonisme, rando équestre, cyclotourisme et VTT (hors descente et BMX)...

Voir le guide Assurance Groupama/Gras Savoie ( sur le site, page adhérer ou auprès du secrétariat)

⇒ Dans notre club, ces licences FFRP permettent de randonner avec les groupes Pâquerette, Primevère (IRA, FRA) et Gentiane (IMPN ou FMPN requis)

Pour les assureurs, **TOUT LE GROUPE DOIT POSSEDER LA MEME LICENCE QUE L'ACCOMPAGNANT.**

Même si celui-ci est titulaire des 2 licences, seule celle correspondant au groupe qu'il encadre est prise en compte.

En conséquence:

- le titulaire d'une licence FFME ne peut marcher avec les groupes Pâquerette, Primevère ou Gentiane que si un accompagnant supplémentaire agréé par le président du club et possédant cette licence est présent.

- La FFME a prévu une licence découverte 6 €/jour (saison 2017-2018) que le randonneur versera au club, en s'inscrivant au plus tard le vendredi précédent la sortie auprès de l'animateur Edelweiss. Cette licence découverte permet à tous les randonneurs de niveau Gentiane de participer occasionnellement aux sorties Edelweiss de niveau 1 (ou plus selon avis de l'animateur)

⇒ Soyez vigilant, vous pourriez vous voir refuser un départ au dernier moment faute d'avoir la "bonne" licence.

⇒ Par ailleurs dans l'intérêt général et la sécurité de tous, le responsable de la sortie pourra être amené à refuser quiconque, dont les capacités ne correspondraient pas au niveau de la sortie ou qui ne serait pas correctement équipé.

## Cas particuliers des sorties en milieu enneigé

Attention : pour ces sorties l'inscription auprès de l'accompagnant responsable est obligatoire au plus tard deux jours avant la randonnée (ex avant le vendredi soir précédant la randonnée d'un dimanche).

De décembre à avril, le programme des sorties est établi au coup par coup par l'animateur responsable en fonction des conditions météo, de l'enneigement, des risques d'avalanche et de l'état des voies d'accès.

Un certain nombre de raquettes, bâtons, ARVA, pelles et sondes sont en prêt au club, avec participation financière pour les ARVA. Réservez le matériel lors de l'inscription à la sortie auprès du responsable.

En cas de manque de matériel au club, il est possible de le louer auprès des professionnels. N'oubliez pas de faire vos réservations suffisamment à l'avance.

### Edelweiss

#### **Raquettes à neige, ski de randonnée alpine**

Les randonneurs souhaitant participer à ces sorties sportives doivent avoir une excellente forme physique, ne pas être sujets au vertige, posséder un équipement adapté et être munis obligatoirement d'un ARVA, d'une pelle et d'une sonde.

Un bon entraînement préalable est indispensable afin de ne pas retarder la progression du groupe et l'aptitude au niveau de la randonnée doit être reconnue par l'animateur.

Dans la mesure du possible, une sortie initiation ski de randonnée est programmée en début de saison (location de matériel à voir au plus tôt avec l'animateur).

### Gentiane, Primevère

#### **Raquettes**

Les randonneurs souhaitant participer à ces sorties sportives doivent avoir une excellente forme physique (Gentiane), posséder un équipement adapté et être munis obligatoirement d'un ARVA, d'une pelle et d'une sonde (sauf randonnée spécifiée en milieu non avalancheux).

#### **Ski de fond**

Sorties à la journée et week-end sur pistes tracées et hors pistes

### Pâquerette

#### **Raquettes, Ski de fond**

Pas d'ARVA pour les sorties raquettes Pâquerette (milieu non avalancheux obligatoire)

Sorties ski de fond à la journée et week-end sur pistes tracées et hors pistes.