



# FICHE D'INSCRIPTION

## Saison 2023/2024

COURS DE SELF-DEFENSE KRAV MAGA le mercredi de 20h00 à 21h30

**COURS OUVERT A PARTIR DE 18 ANS (DEBUTANT OU NON)**

- RI RGPD
- Adh
- T1
- T2
- T3
- CM
- Attest

ADHERENT(s) :

Nom	Prénom	Date naissance

### Coordonnées de l'adhérent

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

N° portable (obligatoire) : .....

Email (obligatoire) : .....

L'objectif du self-défense est d'apprendre à se défendre. Il s'agit d'une discipline préparatoire à une éventuelle agression, dont la gestion de la distance et l'apprentissage de techniques efficaces sont des éléments clés.

Le Self-Défense a pour but d'**apprendre aux pratiquants à savoir réagir à toutes situations potentielles**, avec ou sans arme, afin qu'en cas d'agression la réponse soit de l'ordre du réflexe spontané. L'esprit de la Self-Défense est de pouvoir se protéger, mais toujours dans un esprit citoyen et sous couvert de la loi. Il s'agit de pouvoir réagir à différents angles d'attaques (de face, de côté, par derrière) ainsi qu'à tous types d'assauts (tiré, poussé, étranglé, encerclé, saisi...). Enfin, l'un des éléments majeurs de la discipline, est l'apprentissage de la confiance en soi.

**Cours dispensés par un moniteur ceinture noire 1<sup>ère</sup> darga de Krav Maga**

**Lors de votre inscription, merci de nous fournir les pièces suivantes :**

La fiche d'inscription complétée.

Le règlement intérieur complété (RGPD) et signé.

3 chèques ou 1 chèque annuel.

Pour les paiements en une fois, un virement est possible : Nom Prénoms de(s) l'adhérent(s) dans le libellé **avec mail à [www.corpsetgraphie31150@gmail.com](mailto:www.corpsetgraphie31150@gmail.com)** stipulant que le virement a été fait).

**Certificat médical obligatoire pour les nouveaux adhérents dès le premier cours.**

ou

Attestation et certificat médical datant au plus de 3 ans pour les personnes inscrites la saison précédente

### Partie réservée à l'Association

Chèque 1er trimestre : n° ..... Banque ..... Montant.....

Si encaissement (Octobre) différé : date souhaitée :

Chèque 2ème trimestre : n° ..... Banque ..... Montant.....

Si encaissement (Janvier) différé : date souhaitée :

Chèque 3ème trimestre : n° ..... Banque ..... Montant.....

Si encaissement (Avril) différé : date souhaitée :

Virement annuel: n° ..... Montant.....

**Corps et Graphie**



## Règlement intérieur Saison 2023/2024

**Article 1 :** Tout manque de respect (comportement, propos déplacé, discipline ou ponctualité) de la part d'un adhérent ou d'un adulte responsable de l'adhérent envers un professeur, un autre adhérent ou un membre du C.A. de l'association entraînera une exclusion du cours voire de l'association en fonction de la gravité. Le cas échéant, aucun remboursement ne sera effectué.

**Article 2 :** Une tenue vestimentaire adaptée est obligatoire. *Les chaussures de ville doivent rester dans le vestiaire.* Les chaussures utilisées pour danser doivent être dédiées à cet usage.

**Article 3 :** Le téléphone portable est formellement interdit pendant les activités

**Article 4 :** L'association décline toute responsabilité en cas de perte, de vol de biens personnels lors de la pratique des activités

**Article 5 :** Le règlement des activités s'effectuera le jour de l'inscription **dans sa totalité**, en un ou trois chèques. Chaque chèque devra obligatoirement porter au dos :

- Le nom et le prénom de l'adhérent
- L'intitulé de son activité
- Le trimestre concerné

**Pour les paiements en une fois**, un virement est possible avec : Nom Prénoms de(s) l'adhérent(s) dans le libellé avec mail à [www.corpsetgraphie31150@gmail.com](mailto:www.corpsetgraphie31150@gmail.com) stipulant que le virement a été fait.

Compte	ASSOCIATION CORPS ET GRAPHIE IBAN FR76 1313 5000 8008 1066 3970 530 BIC CEPAPFRPP313
--------	--

Des tarifs pour l'inscription à plusieurs cours, et/ou plusieurs adhérents d'une même famille & même foyer fiscal sont en vigueur.

**Article 6 :** Pour tout nouvel adhérent majeur, un certificat médical est obligatoire au premier cours. Pour les anciens adhérents, une attestation et un certificat médical valide (de moins de 3 ans) est nécessaire, l'association se réservant le droit de demander le certificat médical. Pour les mineurs, l'attestation sur l'honneur suffit.

**Article 7 :** Tout adhérent n'étant pas à jour des cotisations de l'année précédente ne pourra être accepté, il en va de même pour les inscriptions aux concours et aux stages.

**Article 8 :** Aucun cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés. Aucun cours ne sera remboursé en cas d'annulation, dans la mesure du possible les cours seront rattrapés en fonction des possibilités des professeurs et de la disponibilité de la salle.

**Article 9 :** Toute absence devra être signalée au professeur (et non à l'association).

**Article 10 :** **Au-delà du cours d'essai, aucun remboursement ne sera effectué.**

**Article 11 :** L'adhésion comprend une participation pour un costume du gala. L'association se réserve le droit de demander un complément pour les adhérents qui pratiquent plusieurs danses.

**Article 12 :** Le spectacle de fin d'année est payant (sauf pour le danseur).

**Article 13 :** Le centre de loisirs propose un service gratuit de navette aller-retour (uniquement le mercredi), ce service est limité à 6 personnes par rotation pour toutes les associations, en aucun cas Corps & Graphie ne peut être tenue responsable si le transport n'est pas effectué par le centre, ou si votre enfant n'est pas retenu pour le transport par le centre.

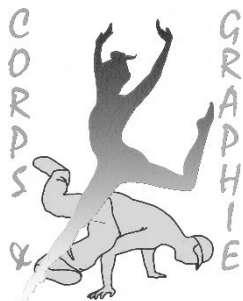
**Article 14 :** En cochant cette case, l'adhérent ou les adultes responsables autorisent l'association à utiliser gracieusement et à reproduire tout ou partie des images et photos concernant l'adhérent ou les adultes responsables lors des cours ou diverses manifestations, ainsi que la diffusion de ces images par quelque procédé que ce soit existant ou à venir sur différents supports de communication (plaquette, site internet, DVD, presse, Facebook etc.) L'association se réserve le droit de réutiliser les images, sans avoir à redemander l'autorisation de publication et de reproduction. Les images prises sont utilisées et reproduites en respectant les précautions d'usage relatives au droit des personnes. En cas de refus, une lettre dûment signée doit être adressée à l'association.

**RGPD** Corps et Graphie a recueilli le consentement de l'adhérent(e) ou de son responsable légal pour le traitement de ses données personnelles et l'association en conserve la preuve écrite en cas de contrôle par la CNIL (**à cocher**)

Fait à Gratentour, le

Signature de l'adhérent (ou des adultes responsables) \*  
Précédée de la mention « lu et approuvé - bon pour accord »

\*Conformément à l'article 372 du code civil, les père et mère exercent en commun l'autorité parentale. Sauf cas particulier d'autorité unique, l'autorisation doit être donnée par les deux parents.



## Questionnaire de santé exigé pour le renouvellement d'une licence sportive - MAJEURS

Source : JORF n°0105 du 4 mai 2017  
texte n° 102

### Arrêté du 20 avril 2017 relatif au questionnaire de santé exigé pour le renouvellement d'une licence sportive

Lien : <https://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2017/4/20/VJSV1712186A/jo/texte>

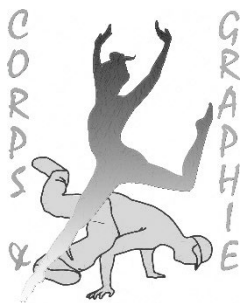
<b>RÉPONDEZ AUX QUESTIONS SUIVANTES PAR OUI OU PAR NON. DURANT LES DOUZE DERNIERS MOIS :</b>	<b>OUI</b>	<b>NON</b>
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?		
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel 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) ?		
<b>A CE JOUR :</b>		
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 ?		
<b>NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</b>		

« - Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplet 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. »



## Déclaration sur l'honneur

Je soussigné(e), Monsieur/Madame....., né(e) le .....,  
demeurant à .....  
déclare sur l'honneur avoir coché «Non» à toutes les questions figurant sur l'auto-  
questionnaire médical.

Fait à .....

Le .....

*Signature de l'intéressé(e) ou du responsable légal pour les mineurs:*

A remettre à l'association Corp&Graphie en cas de renouvellement et de non présentation d'un certificat médical, si vous avez répondu NON à toutes les questions du questionnaire de santé.

# HORAIRES & TARIFS 2023-2024



## Horaires

Moderne*	Mardi de 17h à 22h30 Vendredi de 17h à 22h30
Classique*	Mercredi de 14h30 à 19h30
Self défense *	Mercredi de 20h à 21h30
Dance Hall, Hip Hop, Jazz Funk, Cheerleaders *	Lundi de 17H00 à 22h00 Jeudi de 17h00 à 22h00
Pilates * Yoga iyengar ashtanga * Réveil postural *	Lundi de 19h00 à 22h00 : Pilates/Yoga iyengar ashtanga Mercredi de 19h30 à 21h30 : Pilates Samedi de 09h00 à 10h00 : Réveil postural

\*Tous nos cours ont un nombre de places limitées. Si des cours n'ont pas assez d'adhérents, l'association se réserve le droit d'annuler les cours concernés. Les horaires définitifs des cours ne seront définis **qu'après le forum** et vous seront communiqués **la semaine suivant le forum** (le forum a lieu le SAMEDI 02 SEPTEMBRE 2023 de 14h à 18 h au stade à Gratentour)

### DEBUT DES COURS : SEMAINE DU 11 SEPTEMBRE 2023

## Tarifs

**Adhésion** : 20 € par adhérent

L'adhésion individuelle est **obligatoire** car chaque adhérent est assuré de façon nominative.

**Tarifs spéciaux** (même nom, même foyer fiscal)

- 2 activités par famille : -10%
- 3 activités ou + par famille : -20%

*Les réductions s'appliquent uniquement sur les cotisations trimestrielles, et non sur l'adhésion.*

Créneaux (Durée hebdomadaire)	Cotisation par TRIMESTRE			Cotisation annuelle <b>HORS</b> adhésion			+ Adhésion Obligatoire
	Normal	-10%	-20%	Normal	-10%	-20%	
<b>Danse</b>							
45 mn	58 €	52 €	46 €	174 €	156 €	138 €	20 €
1h	64 €	58 €	51 €	192 €	174 €	153 €	20 €
1h15	70 €	63 €	56 €	210 €	189 €	168 €	20 €
1h30	76 €	68 €	61 €	228 €	204 €	183 €	20 €
<b>Autres</b>							
Pilate/Yoga/réveil postural (1h)	70 €	63 €	56 €	210 €	189 €	168 €	20 €
Self-Défense (1h30)	76 €	68 €	61 €	228 €	204 €	183 €	20 €

### Exemples :

Un adhérent avec 2 cours de danse de 1h (-10%) :  $20€ + 6 \times 58€ = 364€$

Deux adhérents d'une même famille cumulant 2 cours de Pilates (56€ le trimestre à -20%) et 1 cours de danse de 1heure (51€ le trimestre à -20%) :  $2 \times 20€ + 6 \times 56€ + 3 \times 51€ = 529€$

**Le certificat est obligatoire pour tout nouvel adhérent majeur (sauf Pilates/Yoga) pour pouvoir participer au 1er cours (même cours d'essai)**

**Gala : Mercredi 19 juin 2024 AU BASCALA A BRUGUIERES**

Corps et Graphie

Mairie de Gratentour -3/5 Rue Cayssials 31150 Gratentour | 06 47 50 12 96 |  
corpsetgraphie31150@gmail.com | www.corpsetgraphie.org