

LICENCES
SAISON
2022 - 2023



TARIF DES LICENCES 2022-2023 :

La fédération d'athlétisme a augmenté ses tarifs de 6 euros.

Licence FFA	ATHLE-COMPETITION : (concerne les coureurs désirant participer en plus à des épreuves officielles : 10km, semi, marathon, cross-country, piste... et désirant participer à leurs différents championnats y compris « course de montagne, trail »)		ATHLE-RUNNING : (permet la pratique de la course à pied sans but réel compétitif mais permet de participer aux courses hors-stade hors championnats)		ATHLE-ENCADREMENT (dirigeant)
Adulte	<u>Déjà Licenciés 2021-2022</u> 86,00 €	<u>Nouveaux adhérents</u> 106,00 € (dont 20,00€ pour le maillot aux couleurs du club)	<u>Déjà Licenciés 2021-2022</u> 66,00 €	<u>Nouveaux adhérents</u> 86,00 € (dont 20,00€ pour le maillot aux couleurs du club)	<u>Déjà Licenciés 2021-2022</u> 66,00 €
Enfant	64,00 € (la licence est à prix coûtant c'est à dire qu'elle ne comprend que les parts de la fédération et de la ligue d'Auvergne. Le club ne récupérera pas de participation. + 20,00€ pour le tee-shirt aux couleurs du club)				X

Lorsque vous participez à une course avec votre licence running, prière d'envoyer vos résultats au club par mail à : infos@runningclubarpajon.fr

Le montant de l'une ou l'autre licence comprend :

- l'assurance Responsabilité civile et Individuelle ainsi que l'assistance 24H/24 (même en cas de pratique individuelle) **L'assurance individuelle –accidents est comprise dans le montant de la cotisation.** Le licencié peut refuser d'y souscrire (déconseillé). Dans ce cas, il doit le préciser sur le bulletin d'inscription.
- l'accès à tous les entraînements proposés par le club (voir calendrier et infos sur le site du club : www.runningclubarpajon.fr, rubrique entraînement)
- l'accès aux vestiaires et aux douches, l'utilisation de la piste d'athlétisme de la Ponétie aux heures ouvrables.

Vous êtes priés de retourner :

- **LE FORMULAIRE D'ADHESION CI-JOINT** obligatoirement complété.
- **LE CERTIFICAT MEDICAL** si nouvel adhérent ou ancien certificat datant de 2019
IMPORTANT : Le certificat médical doit dater de moins de 1 an; il doit comporter entre-autres la mention de non contre-indication à la course à pied (ou l'athlétisme) en compétition
- **LE QUESTIONNAIRE SANTE**
- **LE PAIEMENT DE LA LICENCE (Chèque à l'ordre du RUNNING CLUB ARPAJON)**

avant le 31 octobre 2022 sinon majoration de 10 €

à

Amandine ROUX, 4 Cité du Parc 15000 AURILLAC (Faites travailler la Poste, ma boîte aux lettres n'est pas directement accessible!!!!)

Tél. 06 45 35 35 83

Attention, la licence 2021/22 expire au 31 août 2022 cette année.

Planning saison 2022-2023

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
	Fractionné 18h15 Amandine la Ponétie, Stade M.J Pérec	Fractionné trail 18h15 Denis, Dominique, Jean Didier la Ponétie, Stade M.J Pérec		Sortie encadrée route et chemin 18h15 Alain parking la Ponétie,	Fractionné trail côtes 9h Amandine, Denis et Sylvie la Plantelière à Arpajon (le plus souvent, sinon voir site du club)	Sortie encadrée route et chemin 9h Alain base de canoë d'Arpajon
		Préparation course sur route 18h15 Alain, Corinne et Jean-Pierre la Ponétie, Stade M.J Pérec				Sortie encadrée trail 9h Sylvie base de canoë d'Arpajon

Les horaires indiqués sont ceux de **début de séance**. Prévoir d'arriver plus tôt sinon nous partirons sans vous.

Par respect pour les entraîneurs, nous demandons aux licenciés de bien vouloir respecter l'entraînement proposé dans son intégralité avec l'échauffement, le corps de séance et le retour au calme. Si ce n'est pas possible, prière d'en informer le responsable du groupe.

A la Ponétie comme à la base de canoë d'Arpajon, nous bénéficions de vestiaires et de douches.

Pour les nouveaux adhérents ou ceux qui souhaitent investir dans un nouveau maillot, vous devrez choisir entre le maillot ou le débardeur, entre le modèle route ou le modèle trail puis prendre contact avec Amandine :

trail :



route :

