

Membres du bureau et différentes commissions du Castres Athlétisme :

Fonction	Prénom et Nom	Adresse mail	N° de contact	Commissions
Présidente	<b>Sandrine GARDES</b>	sgardes@yahoo.fr	06 84 31 29 95	Juge / Buvette
Secrétaire	<b>Patrick DEPRez</b>	deprenzpatrick@neuf.fr	06 08 07 94 32	Technique / Perf
Trésorier	<b>Jean-Pierre DARDENNE</b>	jeanpierredardenne@yahoo.fr	06 83 53 02 62	Technique / Perf
Membres	<b>Philippe TERRAL</b>	philippe.terral@outlook.fr	06 43 45 69 67	Handisport
	<b>David GRAND</b>			Responsable site
	<b>Nicolas DE NEVE</b>			Médical
Salariés	<b>Christophe BERTINO</b>	cbertino@gmail.com	07 67 39 76 77	Athlé Santé Loisir
	<b>Dominique CANTI</b>	castres.athletisme@gmail.com	07 72 06 43 41	Technique / Perf

Contact / Renseignements : Dominique CANTI / [castres.athletisme@gmail.com](mailto:castres.athletisme@gmail.com) / 07 72 06 43 41

### 1. Les horaires d'entraînements

<b>LUNDI</b>	<b>18h30 à 20h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
<b>MARDI</b>	<b>10h00 à 11h15 Athlé Santé Loisir : Sport Santé + Remise en forme (sport sur ordonnance)</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>14h30 à 16h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Cardio</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>17h30 à 19h30 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2009 et plus)</b>	<b>Licence Compétition</b>
	<b>19h00 à 20h30 Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail</b>	<b>Licence Running</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>10h00 à 11h30 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Douce</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>14h00 à 15h30 EA - Eveils Athlétique (2018)</b>	<b>Licence Découverte</b>
	<b>14h00 à 16h00 EA - Eveils Athlétique (2017 et 2016)</b>	<b>Licence Découverte</b>
	<b>14h00 à 16h00 PO - Poussin(e)s (2015 et 2014)</b>	<b>Licence Découverte</b>
	<b>16h00 à 18h00 BE/MI - Benjamin(e)s et Minimes (2013 à 2010)</b>	<b>Licence Compétition</b>
	<b>18h30 à 20h00 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique / Nordic'Fit 1 semaine sur 4</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
<b>JEUDI</b>	<b>10h00 à 11h30 Sport Adapté</b>	<b>Licence FFSA</b>
	<b>12h15 à 13h30 Athlé Santé Loisir : Marche Nordique</b>	<b>Licence Athlé Santé</b>
	<b>12h15 à 13h30 Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail (stade ou nature)</b>	<b>Licence Athlé Running</b>
	<b>17h30 à 19h30 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2009 et plus)</b>	<b>Licence Compétition</b>
<b>VENDREDI</b>	<b>17h30 à 19h00 BE/MI : Benjamin(e)s et Minimes (2013 à 2010)</b>	<b>Licence Compétition</b>
	<b>19h15 à 20h45 Athlé Santé Loisir : Condition Physique / PPG</b>	<b>Licence Athlé Running</b>
<b>SAMEDI</b>	<b>09h00 à 10h15 BA - Baby-Athlé (2020 et 2019)</b>	<b>Licence Découverte</b>
	<b>10h30 à 12h00 CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2009 et plus)</b>	<b>Licence Compétition</b>

Les entraînements des Eveils Athlé (EA) et Poussins (PO) se déroulent au Stade du Travet, Bd Albert Thomas à Castres.  
En cas de pluie ou mauvais temps, l'entraînement se déroulera au gymnase du Travet, juste à côté du stade, en cas uniquement de disponibilité de ce dernier.

## 2. Les différents entraîneurs et différentes catégories d'âges

Catégories d'âges	Année de naissance	Nombre de places disponibles	Responsables et entraîneurs
MA – Masters	1985 et avant	illimité	<b>CANTI Dominique</b> (Multi-disciplines) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com <b>CONJUNGO Michael</b> (Lancers) 06 86 56 10 01 / conjungo@yahoo.fr <b>DARDENNE Jean-Pierre</b> (Multi-disciplines) 06 83 53 02 62 / jeanpierrredardenne@yahoo.fr <b>DEPREZ Patrick</b> (Demi-Fond / Marche) 06 08 07 94 32 / deprezpatrick@neuf.fr <b>GARDES Sandrine</b> (Lancers) 06 84 31 29 95 / sgardes@yahoo.fr
SE – Seniors	2002 à 1986	illimité	
ES – Espoirs	2005 à 2003	illimité	
JU – Juniors	2007 et 2006	20 par groupe de spécialités	
CA – Cadets	2009 et 2008		
MI – Minimes	2011 et 2010	60 places	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com <b>BERTINO Christophe</b> <b>GARDES Sandrine</b>
BE – Benjamins	2013 et 2012		
PO – Poussins	2015 et 2014	50 places	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com <b>GARDES Sandrine</b> 06 84 31 29 95 / sgardes@yahoo.fr <b>FABAS Gilles</b>
EA - Eveils Athlétique	2018 à 2016	25 places par année de naissance soit 75 places	<b>BERTINO Christophe</b> 07 67 39 76 77 / cbertino@gmail.com <b>CONJUNGO Michael</b> 06 86 56 10 01 / conjungo@yahoo.fr + jeunes athlètes du club
BA - Babys Athlé	2020 et 2019	40 places	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com <b>GARDES Sandrine</b> + jeunes athlètes du club

Marche Nordique	<b>BERTINO Christophe</b> (Mardi après-midi et Jeudi midi) 07 67 39 76 77 / cbertino@gmail.com <b>CANTI Dominique</b> (Mercredi matin et soir) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com <b>MARTY Marie Pierre</b> (Lundi soir)
Running	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Condition Physique / PPG	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Remise en forme / Nordic'Fit	<b>CANTI Dominique</b> (Mardi matin et mercredi soir) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Sport Adapté / Handisport	<b>CANTI Dominique</b> 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com

### 3. Prendre une Licence

---

#### Tarifs Annuels des licences

- Licence Athlé Compétition : **190€ + 25€ de prix de maillot compétition TSA (pour ceux qui ne l'ont pas encore)**
- Licence Athlé Santé Loisir ou Athlé Running Loisir ou Athlé Découverte : **190€**
- Tarif étudiant : **140€** (post baccalauréat – joindre la copie de la carte étudiant)
- Tarif entraîneur jeune (saison 2023/2024) : **80€**
- **TARIF FAMILLE** : 175€ pour 2<sup>ème</sup> adhérent, 160€ pour 3<sup>ème</sup> adhérent et suivant d'une même famille  
Ce tarif comprend :

- L'assurance Individuelle Accident de la Fédération Française d'Athlétisme,
- L'inscription payante de certaines compétitions,
- Les déplacements en bus pour tous les athlètes (licence découverte et compétition),
- Le remboursement de certaines courses du Challenge du parc naturel régional du Haut Languedoc pour les licenciés Running.

#### Mode de Règlement :

- Par chèque bancaire à l'ordre du **Castres Athlétisme**.
- En 3 ou 4 fois par chèque bancaire, dans ce cas l'ensemble des chèques du montant total de la cotisation est déposé avec le dossier. La date d'encaissement des chèques précisée au dos.
- En Chèques Vacances ANCV ou Coupon Sport ANCV
- Le Pass'Sport délivré par la CAF (**avant le 31/10/2024**)
- Les Pass loisir de la MSA.
- Chéquier Collégiens du Conseil Départemental du Tarn.

**Le tee-shirt du club est offert pour toute inscription.**

**Il est possible de participer à 2 séances d'essais, toutefois, à partir du 1<sup>er</sup> octobre 2024, tous les enfants, ainsi que les adultes, doivent être licenciés afin d'être en règle au niveau de l'assurance.**

**La cotisation (190€) ne pourra plus être remboursée une fois que la licence aura été enregistrée à la Fédération Française d'Athlétisme. Merci de remettre votre dossier d'inscription une fois que votre enfant ou vous-même êtes sûrs de son ou votre engagement pour l'année.**

#### **Documents à retourner pour que le dossier soit complet :**

- **Le formulaire d'adhésion** (rempli en lettres capitales et signé)
- **Questionnaire de Santé** (pour les mineurs uniquement / les + de 18 ans devront remplir leur Parcours Prévention Santé en ligne à la validation de leur licence)
  - **La cotisation annuelle** (dans son intégralité)
  - **L'autorisation parentale** (pour les mineurs)

### 4. Vie interne au Castres Athlétisme

---

Le Castres Athlétisme dispose d'un site internet où vous pourrez retrouver toutes les informations concernant les entraînements, les compétitions, les résultats, les articles, les photos...

[www.castres-athletisme.fr](http://www.castres-athletisme.fr) ou sur [www.tarn-sud-athletisme.fr](http://www.tarn-sud-athletisme.fr)

Rejoignez-nous aussi sur **Facebook**  ou sur **YouTube**  où vous retrouverez toutes les vidéos du club.

**Vous souhaitez pour investir au sein du club mais vous n'avez pas beaucoup de temps ? Aucun souci, le Castres Athlétisme a besoin de bénévoles à tout moment de la saison ! Lors des entraînements, des buvettes, des événements internes (Meeting de Castres, Compétitions, Fête du club ...), des compétitions comme juge ou même comme encadrant si vous le souhaitez !**

Vous souhaitez devenir partenaire du Castres Athlétisme ou vous connaissez quelqu'un susceptible d'être intéressé, envoyez un mail à : [partenariat@castres-athletisme.fr](mailto:partenariat@castres-athletisme.fr) . Merci

## **Demande de remboursement**

### **Course du Challenge du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc ou autre course - prise en charge par le club**

En début de saison 2024/2025, le Castres Athlétisme s'engage à vous fournir aux différents licenciés Running, la liste des courses du Challenge du Parc Naturel du Haut-Languedoc ou autre course, prises en charge par le club.

Après votre inscription et votre participation à l'une des courses, le club s'engage à rembourser le montant de l'inscription sous réserve de votre demande.  
Attention, le tarif remboursé ne sera que celui indiqué lors d'une inscription anticipée et non tardive où le tarif est augmenté.

Sans demande, aucune inscription ne sera remboursée automatiquement.

Nom et Prénom du coureur :

Nom de la course prise en charge par le club :

Date de la course :

Montant de l'inscription :

€

Date de la demande de votre remboursement :

**Après vérification du trésorier de votre participation à la course, le club s'engage à faire le chèque, à votre nom, sous 15 jours après votre demande de remboursement.**

*(Papier à conserver et à photocopier à chaque demande de remboursement d'une course prise en charge par le Castres Athlétisme)*

# FORMULAIRE D'ADHÉSION AU CASTRES ATHLÉTISME (2024/2025) RUNNING / PPG

LICENCIÉ DURANT LA SAISON 2023/2024 (*même dans un autre club ?*) | OUI / NON

N° DE LICENCE | NATIONALITÉ | SEXE | F / M

NOM | PRÉNOM |

DATE DE NAISSANCE | // // LIEU DE NAISSANCE |

ADRESSE |

CODE POSTAL | VILLE |

TÉLÉPHONE n°1 | TÉLÉPHONE n°2 |

ADRESSE EMAIL (**OBLIGATOIRE**) | @

2<sup>ème</sup> ADRESSE EMAIL (si besoin) | @

SOUHAITEZ-VOUS UNE FACTURE ? OUI / NON

**DÉSIRE M'INSCRIRE AU CLUB DU CASTRES ATHLÉTISME et ACCEPTE LA CHARTE DE L'ATHLÈTE CI-JOINTE.**

**Taille du T-shirt :** 6ans – 8ans – 10ans – 12ans – XS – S – M – L – XL – XXL

Signature

## AUTORISATIONS PARENTALES (OBLIGATOIRE)

Je soussigné(e) | \_\_\_\_\_

Père, Mère, Tuteur(s), Représentant(s) de l'enfant | \_\_\_\_\_

J'autorise mon enfant à pratiquer l'athlétisme au sein du Castres Athlétisme.

J'autorise les responsables et intervenants du club à transporter mon enfant dans un véhicule de location, en cas de besoin sur les lieux d'entraînements ou de compétitions.

J'autorise l'encadrement à prendre les mesures d'urgence en cas d'accident ou blessure.

Nom et n° de téléphone des personnes à contacter en cas d'urgence :

1 | Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

2 | Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

3 | Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Fait à \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_

Signature

## DROIT A L'IMAGE

J'autorise / Je n'autorise pas le Castres Athlétisme

à utiliser l'image de mon enfant | \_\_\_\_\_

à utiliser mon image sur tout support destiné à la promotion du Club à l'exclusion de toute utilisation à titre commercial.

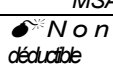
Signature

## CERTIFICAT MEDICAL / QUESTIONNAIRE DE SANTE

**Les athlètes mineurs peuvent remplir le questionnaire de santé au dos de la feuille. En cas de réponse positive, il leur sera demandé un certificat médical de moins de 3 mois de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme (en compétition si besoin).**

**Les personnes majeures devront passer le Parcours Prévention santé (PPS) lors de la validation de leur licence sur leur espace licencié FFA. En cas de contre-indication, un certificat médical de moins de 3 mois de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme (en compétition si besoin) leur sera demandé pour valider définitivement la licence.**

CADRE RESERVE AU TRESORIER DU CLUB

ESPECES	CHEQUES	VIREMENT	CHEQUE TARN	PASS SPORT	ANCV	MSA
						 Non déductible Papier à tamponner

**QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR EN VUE DE L'OBTENTION D'UNE LICENCE SPORTIVE conformément à l'arrêté ministériel du 7/05/2021**

*Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.*

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

**Nom :** \_\_\_\_\_ **Prénom :** \_\_\_\_\_  
**Tu es :** Une fille  Un garçon  **Ton âge :** \_\_\_\_\_ ans

<b>Depuis l'année dernière</b>	<b>OUI</b>	<b>NON</b>
Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		
As-tu été opéré(e) ?		
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		
As-tu eu beaucoup de mal à respirer <u>pendant</u> un effort par rapport à d'habitude ?		
As-tu eu beaucoup de mal à respirer <u>après</u> un effort ?		
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		
<b>Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)</b>		
Te sens-tu très fatigué(e) ?		
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		
Te sens-tu triste ou inquiet ?		
Pleures-tu plus souvent ?		
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		
<b>Aujourd'hui</b>		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		
<b>Questions à faire remplir par tes parents</b>		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?		
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)		

**DATE :** \_\_\_\_\_

**SIGNATURE :** \_\_\_\_\_