



FICHE D'INSCRIPTION AVIRON CLUB MONTARGIS GATINAIS 2019/2020

Règlement : Chèque Espèces Autre :

Nom:.....

Prénom :

Date de naissance :...../...../.....

Adresse :

Ville :

Code Postal :

Tèl domicile :

Tèl portable :

Courriel :

(obligatoire pour réception de la licence)



Je déclare être capable de nager 25 mètres et de m'immerger.

J'autorise **Je n'autorise pas** l'Aviron Club Montargis Gâtinais à utiliser mon image dans le cadre d'articles d'aviron publiés dans la presse et sur tout support de communication (écrit, web, vidéo...)

1) Je dois prendre connaissance :

- Des consignes d'hygiène et de sécurité
- Du règlement interne de l'ACMG et de ses statuts

2) Je m'engage à respecter :

- Les règles de sécurité
- Toutes consignes ou instructions délivrées par les entraîneurs et dirigeants

3) Je déclare avoir pris connaissance de l'assurance complémentaire I.A. Sport + :

Voir la Notice individuelle MAIF – FFA - Si vous choisissez de souscrire à l'assurance complémentaire optionnelle, le montant (10.79 € pour la saison 2019-2020) doit être ajouté au montant de la cotisation et doit être réglé lors de l'inscription.

Je souhaite – **ne souhaite pas** souscrire à l'assurance complémentaire I.A. Sport+ proposée par la FFA.

Votre dossier d'inscription doit comprendre :

- 1/ La présente fiche complétée et signée
- 2/ 1 photo d'identité (pour les nouveaux inscrits uniquement).
- 3/ Un certificat médical de moins de 3 mois et de "non contre-indication à la pratique de l'aviron" et de "non contre-indication à la pratique de l'aviron en compétition" pour les pratiquants souhaitant participer à des compétitions ou des randonnées.
- 4/ Cotisation (Chèque bancaire à l'ordre de l'ACMG, Tickets CAF, Chèques Vacances, Chèques Sports, Espèces).

Fait à : le : __ / __ / ____

Signature :

Les informations demandées sont nécessaires à votre souscription à l'ACMG. Conformément à la Loi Informatique et liberté du 6 janvier 1978 (art. 27), vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser au secrétariat de l'ACMG.



FICHE D'INSCRIPTION AVIRON CLUB MONTARGIS GATINAIS 2019/2020 (Mineur)

Règlement : Chèque Espèces Autre :

NOM :

Prénom :

Date Naissance :/...../.....

Adresse

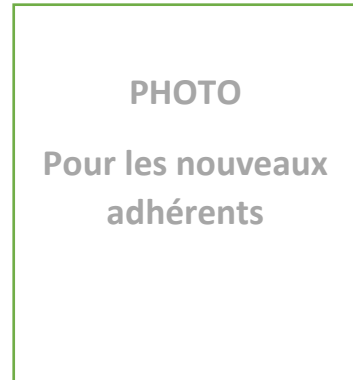
Ville :

Code Postal :

Tél Port :

Tél Dom :

Courriel du sportif :



Coordonnées Parents :

NOM : Prénom :

Tél Port : Tél Dom :

Courriel :

(obligatoire pour réception de la licence)

Autorisation parentale :

Je soussigné(e).....autorise mon enfant à pratiquer l'aviron et reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur. Je déclare qu'il/elle est capable de nager 25 mètres et de s'immerger.

J'accepte **Je n'accepte pas** que l'Aviron Club Montargis Gâtinais utilise l'image de mon enfant dans le cadre d'articles d'aviron publiés dans la presse et sur tout support de communication (écrit, web, vidéo...)

De plus, j'autorise les membres de l'ACMG à transporter dans leur véhicule personnel ou ceux du club mon fils, ma fille lors de la participation à une animation d'aviron, et j'autorise les responsables de l'Aviron Club Montargis Gâtinais à prendre, en cas d'accident sérieux dans la pratique du sport, toute décision d'ordre médical, s'il leur est impossible de me joindre en temps voulu.

Je déclare avoir pris connaissance de l'assurance complémentaire I.A. Sport + :

Voir la Notice individuelle MAIF – FFA - Si vous choisissez de souscrire à l'assurance complémentaire optionnelle, le montant (10.79 € pour la saison 2019-2020) doit être ajouté au montant de la cotisation et doit être réglé lors de l'inscription.

Je souhaite – **ne souhaite pas** souscrire à l'assurance complémentaire I.A. Sport+ proposée par la FFA.

Votre dossier d'inscription doit comprendre :

1/ La présente fiche complétée et signée

2/ 1 photo d'identité (pour les nouveaux inscrits uniquement).

3/ Un certificat médical de moins de 3 mois et de "non contre-indication à la pratique de l'aviron" et de "non contre-indication à la pratique de l'aviron en compétition" pour les pratiquants souhaitant participer à des compétitions ou des randonnées.

4/ Cotisation (Chèque bancaire à l'ordre de l'ACMG, Tickets CAF, Chèques Vacances, Chèques Sports, Espèces).

Fait à : le : __ / __ / ____

Signature :

Les informations demandées sont nécessaires à votre souscription à l'ACMG. Conformément à la Loi Informatique et liberté du 6 janvier 1978 (art. 27), vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser au secrétariat de l'ACMG.

Règlement Intérieur de l'Aviron Club Montargis Gâtinais

1 REGLE DE VIE A L'ACMG

Pour que la vie au sein de l'Aviron Club Montargis Gâtinais soit agréable et apporte satisfaction à tous, diverses règles incombent chaque rameur.

1.1 LES OBLIGATIONS GENERALES

Tout membre de l'ACMG devra remplir et signer une fiche d'inscription. Cette dernière devra comporter le nom, prénom, date de naissance, adresse, coordonnées téléphoniques et mails. Pour les rameurs mineurs, la fiche d'inscription doit être contresignée par le représentant légal ou le tuteur.

La cotisation doit être réglée selon les différentes modalités de paiements (chèque bancaire ou postal, tickets CAF, chèques vacances).

Tout adhérent doit être capable de nager 25 mètres et de s'immerger.

Le certificat médical devra être fourni pour les nouveaux adhérents lors de l'inscription. Pour tous les renouvellements de licence, le rameur aura un mois maximum pour le fournir. Ce manquement lui ôtera la faculté de prendre part aux activités du club jusqu'à présentation de ce dernier.

Les membres de l'ACMG s'engagent à respecter lors de chaque sortie les règles de navigation (cf. Titre 2). A chaque séance, le rameur est tenu de prévenir en cas d'absence, de respecter les horaires, la tenu du registre (tous ces points sont développés plus loin). Il est aussi souhaitable de s'entraider afin de rendre la séance la plus agréable possible pour tous les pratiquants.

A) Obligation d'information

Pour la meilleure organisation possible des embarcations à chaque séance, les membres du club sont priés de signaler toutes absences ou contretemps auprès des encadrants du club. Les différentes possibilités pour prévenir sont les suivantes : message sur le répondeur, message dans la boîte aux lettres, par mail,

B) Les Horaires

Le rameur doit prendre ses dispositions afin de respecter strictement les horaires pour le bon fonctionnement et la répartition des embarcations.

C) La tenue vestimentaire

Le rameur doit se vêtir avec des vêtements de sport près du corps et qui craignent peu. Pour les séances en salle, prévoir une serviette, une bouteille d'eau et des chaussures propres.

Il faut prévoir obligatoirement des affaires de rechanges en cas de chavirage ou de modification des conditions climatiques (pluie,...). Se munir également des effets nécessaires pour pouvoir prendre éventuellement une douche.

D) La tenue du registre des sorties

C'est un cahier qui permet de suivre l'utilisation des bateaux, l'historique des entraînements, ...

Un membre de l'équipage doit inscrire lors de chaque entraînement en salle ou sur l'eau la sortie sur le registre où sont mentionnés :

Avant l'embarquement :

- La date et l'heure du départ,
- L'identification du bateau,
- La destination,
- Les noms des équipiers,
- La durée prévue de la sortie

Au retour :

- L'heure du retour,
- Les exercices effectués
- Les incidents éventuels et les anomalies constatées sur le matériel

1.2 LE NIVEAU DE PRATIQUE

A) Obligations pour les pratiquants inexpérimentés, les catégories benjamins / minimes

Ces pratiquants ne sont autorisés à sortir en bateau que lors des séances encadrées par les différents cadres du club diplômé par la FFSA (brevet d'Etat, Educateur, Initiateur).

B) Obligations pour les pratiquants expérimentés

Ce sont les cadets, juniors et seniors ayant acquis leur autonomie de pratique, autorisés par le responsable du Club sportif à sortir hors des séances encadrées (cf. Titre 2.3)

Dans le cas des pratiquants mineurs, cette autorisation doit être validée par écrit par le représentant légal.

1.3 LE MATERIEL

Le matériel utilisé doit être maintenu en bon état, car les coûts d'achat et de réparation sont importants.

Il est impératif avant chaque sortie :

- de vérifier la fermeture des trappes de visites ;
- de vérifier la présence d'une boule sur la pointe avant ;
- Il est impératif après chaque sortie :
- d'ouvrir les trappes de visites
- de nettoyer le bateau

- de signaler sur le registre toutes dégradations ou anomalies constatées sur le matériel.

Toute avarie survenue sur une embarcation ou un aviron doit être immédiatement signalé par les équipiers au responsable du matériel ou, à son défaut, à l'un des dirigeants présents, et la mentionner sur le registre des sorties.

1.4 LA COMPETITION

Une compétition ou une régata sont des manifestations sportives disputées dans diverses classes de bateaux par des rameurs répartis en différentes catégories, selon leur sexe, leur âge et leur poids.

Le terme compétition s'applique aussi bien aux épreuves en bateau qu'aux épreuves au sol sur simulateurs d'aviron (ergomètres).

Il est à rappeler que les personnes qui s'inscrivent aux différentes sorties que ce soit au Club où à l'extérieur doivent respecter leurs engagements et être présents le jour « J ». L'inscription à toutes sorties vaudra engagement du rameur du départ du Club avec préparation du matériel le jeudi auparavant jusqu'au retour au Club après rangement du matériel. Tout désistement devra faire l'objet d'une justification (certificat médical, ...)

L'engagement dans une compétition pourra être refusé à un rameur ou un équipage pour préparation insuffisante ou pour un autre motif, dont le Président et le responsable de la commission sportive sont seuls juges.

1.5 RESPECT DU REGLEMENT INTERIEUR

Tout sociétaire par le seul fait de son adhésion, s'engage à se conformer à tous règlements régissant le club et ne pourra en aucun cas prétendre les ignorer pour s'y soustraire.

Le Comité de Direction peut prononcer :

- une suspension temporaire des droits de tous membres ne respectant pas le règlement .
- selon la gravité des faits (ce dont le Comité est seul juge), la radiation définitive de l'association dans les formes prévues par l'article 4 des statuts.

2 REGLES DE SECURITE ET DE PRATIQUE

2.1 REGLES GENERALES DE NAVIGATION ET DE MANOEUVRES

Le départ et le retour au ponton se font contre le courant ou le vent si celui-ci est dominant. Des conditions locales peuvent modifier cette consigne.

Il est interdit d'approcher un barrage à une distance de moins de 200 mètres en aval et de 100 mètres en amont.

Avant de faire demi-tour, il faut s'assurer que la rivière est dégagée en amont et en aval sur une distance suffisante et que l'on est éloigné d'un pont ou d'un obstacle sur lequel le courant ou le vent pourrait déporter le bateau.

La navigation en rivière se fait le plus près des berges, l'embarcation devant tenir sa droite, sauf indication contraire des arrêtés des services de la navigation individuelle. En cas de doute, prendre connaissance du code de navigation fluviale en vigueur. La navigation commerciale est prioritaire.

Les embarcations commerciales étant lourdes, volumineuses, peu manoeuvrables et génératrices de vagues, il est donc important de se rappeler :

- qu'il est impossible à un bâtiment de commerce de s'arrêter rapidement et que, lorsqu'il est vide, le marinier ne voit pas les objets proches,
- qu'il est extrêmement dangereux de couper la route d'un bâtiment de commerce ou d'effectuer des manoeuvres sur son axe de déplacement,
- qu'il ne faut pas tenter de suivre un bâtiment de commerce sur le côté ou immédiatement derrière,
- qu'en cas de croisement de bâtiments de commerce générant des vagues, il faut arrêter l'embarcation, l'orienter parallèlement aux vagues et maintenir les palettes des avirons à plat sur l'eau.

Les bateaux d'aviron doivent s'écarter de la route des voiliers. En principe les bateaux à moteur de plaisance doivent s'écarter de la route des bateaux d'aviron.

Il est recommandé à tous les adhérents de respecter les interdictions de navigation prise par les autorités et les cadres du club. Notamment, la navigation de nuit est strictement interdite.

2.2 RISQUES LIES À LA PRATIQUE

A) Le chavirage

Le chavirage peut être causé par :

- un bris de matériel,
- la collision avec d'autres utilisateurs ou des obstacles,
- les vagues dues aux conditions atmosphériques ou aux autres utilisateurs,
- une faute technique.

En cas de chavirage, il faut utiliser le bateau comme flotteur, mettre le buste hors de l'eau et attendre du secours. Il ne faut quitter le bateau qu'en cas de danger immédiat. Dans ce cas et dans la mesure du possible, utiliser les avirons comme flotteurs sans chercher à récupérer le bateau.

En cas d'eau froide, veiller à ce que le corps ne perde pas trop de chaleur en faisant peu de mouvements. En bateau individuel se tenir recroquevillé le plus possible, en bateau collectif se tenir serrés les uns contre les autres. Les risques d'hydrocution en cas de chavirage sont accrus en cas d'eau froide, d'allergie à l'eau, lors d'une séance après un repas copieux, lors d'une séance à jeun en état d'hypoglycémie, lors d'un effort intense.

B) La foudre

En cas d'orage les bateaux se déplaçant sur un plan d'eau sont des cibles privilégiées. L'emploi de fibres de carbone dans leur construction et celle des avirons augmente le danger. Il est donc important de rejoindre le club au plus vite afin d'interrompre l'activité.

C) La crue

La crue est l'élévation du niveau de la rivière. La notion de risque est associée à la crue en raison des changements qu'elle provoque :

- Augmentation de la vitesse du courant et des remous,

- Passages d'épaves pouvant occasionner des avaries sérieuses et dangereuses aux embarcations,
- Modification des repères habituels de pratique.

Le danger pouvant être variable en fonction des conditions locales, l'éventuelle interdiction de naviguer sera prise par le président ou un responsable habilité, après examen sur place des conditions de navigation ou prise d'informations auprès des autorités. Cette interdiction doit être clairement notifiée sur le cahier de sortie. Cette interdiction de naviguer peut être totale ou partielle.

D) Le brouillard

Le brouillard diminue dans de grandes proportions la visibilité des utilisateurs des plans d'eau et est donc générateur de danger :

- les embarcations peuvent s'égarer et atteindre des zones dangereuses,
- elles peuvent ne pas être détectées par les bâtiments navigants au radar,
- en cas de chavirage ou autre accident il est difficile de leur porter secours.

Il est donc important d'interrompre l'activité dans ces conditions.

E) Les bateaux sans barreur

Une des caractéristiques du sport de l'aviron est que les rameurs se déplacent à reculons. L'observation de leur espace arrière est donc pour les rameurs une action ni naturelle, ni aisée, bien qu'elle soit indispensable pour leur sécurité lorsqu'ils utilisent des bateaux sans barreur. Elle doit être effectuée à intervalles réguliers et rapprochés même sur des bassins peu fréquentés ou bien connus des utilisateurs.

F) L'utilisation de matériel d'entraînement au sol et de musculation

Lors de sa préparation physique, le rameur utilise généralement du matériel d'entraînement au sol (type ergomètre) ou de musculation (type barre d'haltérophilie).

L'ergomètre

Il est fréquemment utilisé pour le perfectionnement technique et lors de séances en salle lorsque les conditions météorologiques ne permettent pas d'aller sur l'eau. Après toute utilisation, la poignée est à remettre le long de la cage.

La musculation

Elle présente un risque important. Pour les catégories minimales et cadets, il est strictement interdit d'effectuer une séance de musculation sans la présence d'un cadre du club. Il faut rester vigilant sur la manière d'effectuer les gestes lors de la réalisation de cette activité.

2.3 PRATIQUE EN AUTO SECURITE - AUTONOMIE

Le pratiquant est jugé apte à organiser sa sortie en auto sécurité s'il est capable de :

- organiser matériellement sa sortie,
- réaliser la sortie en parfaite sécurité dans le respect des règlements en vigueur.

Cette autonomie dépend toutefois de différents facteurs :

- le matériel utilisé,
- le plan d'eau,
- l'expérience du pratiquant.

Les épreuves des brevets de rameur (Aviron de bronze, argent et or) font partie des outils privilégiés pour l'évaluer au plan de la technique et de l'autonomie.

2.4 ENCADREMENT

L'encadrement des séances pédagogiques est assuré par des initiateurs habilités à prendre en charge les séances. Leur diplôme est validé et reconnu par la FFSA.

Les membres de l'encadrement ont la possibilité de prendre la décision de suspendre l'activité en fonction des conditions de température de l'air et de l'eau, des conditions météorologiques et hydrologiques de navigations.