

Haltérophilie Musculation Hélico

DEMANDE D'ADHESION - SAISON SPORTIVE 2024-2025
Période du 1er Septembre 2024 au 31 Août 2025

(Demande soumise à l'acceptation du comité directeur)

Lieu d'activité : Complexe Sportif et culturel
Salle d'Haltérophilie Musculation
Tél. du Club : 04 42 79 14 46

Tarifs Cotisations

Licence assurance..... 20 €
Cotisation Club Titulaire/Retraité..... 66 €
Cotisation Club Extérieur 100 €
Carte A.S.A.H enfant - 21 ans..... 8 €
Carte A.S.A.H. Titulaire Retraité..... 14 €
Carte A.S.A.H. Extérieur 30 €
Carte A.S.A.H Conjoins Retraité 30 €
Droit d'entrée 1^{er} adhésion 30 €

TOTAL : €

Mode de paiement :

Espèces Chèque
Nom de la Banque :
N° du Chèque :
Nom du Débiteur si différent de l'adhérent
.....

Le chèque doit être établi à l'ordre de :
Haltérophilie Musculation Hélico

Pièces à fournir :

1 Certificat médical - Date :
1 Photo d'identité (récente)
1 Autorisation parentale pour les mineurs ...
1 Certificat de scolarité par enfant à charge...
1 Demande Adhésion Ailes Sportives

N° d'ordre d'inscription

Renseignement concernant l'adhérent

Salarié AH Conjoint Enfant
Retraité AH Conjoint(e) du Retraité
Conventionné Extérieur

NOM :

Prénom :

Né(e) le : à

Nationalité :

Adresse complète :

C. Postal : Ville :

Matricule (complet 8 chiffres) :

Tél. Prof. : Personnel :

Tél. Mobile :

E-mail :

Renseignement du titulaire (inscription d'un ayant droit)

NOM : Prénom :

Matricule : Tél. Prof. :

Nota : Inscription sur présentation du Badge Airbus et d'un certificat médical conforme

Je soussigné (e) (nom, prénom) Déclare avoir pris connaissance des statuts et du règlement intérieur du Club et m'engage à les respecter, dégage de toutes responsabilités civiles et pénales l'association, ses dirigeants et m'interdis tous recours.

Je déclare accepter que les informations portées sur ma fiche individuelle soient traitées informatiquement sachant que la loi du 6 janvier 1998 (Art. 26 & 27) me donne un droit d'accès et de rectification.

Autorise la publication des droits à l'image, concernant les parutions dans la revue mensuelle du Comité d'Etablissement et le site web de l'association.

Date :

Signature :

Association **Haltérophilie Musculation Hélico**

Règlement Intérieur

➤ **GENERALITES**

- # Le règlement intérieur de l'association HMH vient en complément du règlement intérieur ASAH 2022.
- # Ce règlement a pour seul objectif le bon fonctionnement du club, qui ne peut se faire que par le respect des règles élémentaires, pour le bien de tous, conformément aux statuts de l'association.
- # Présentation : pour la première séance, se présenter au responsable de salle.
- # L'accès à la salle est strictement réservé aux adhérents et membres de l'association HMH.

➤ **CONDITIONS D'ADHESION**

- # Les adhésions sont réservées au personnel Airbus Helicopters et leurs ayants droits (conjoint et/ou enfant), aux membres du CSE Airbus Helicopters, les salariés des sociétés conventionnées par le CSE
- # Toute inscription à une saison sportive (soit du 1^{er} septembre au 31 août de l'année suivante) est définitive et ne pourra faire l'objet d'un remboursement partiel ou total, que ce soit pour raisons personnelles ou événement fortuit.

➤ **DISCIPLINE GENERALE**

- # La licence à la Fédération Française Haltérophilie Musculation est obligatoire
- # Aucun entraînement ne pourra avoir lieu sans la présence d'un responsable de salle
- # Au cas où aucun des responsables désignés ne pourrait être présent, la salle resterait fermée.
- # Les heures d'ouverture et de fermeture de la salle avec les noms des responsables sont affichées dans la salle avec une semaine d'avance.
- # Pour une bonne gestion du club, il est obligatoire de vous inscrire sur le registre réservé à cet effet avant l'accès à la salle.

➤ **PAR MESURE DE SECURITE**

- # Il est formellement interdit de rester seul(e) dans la salle. La salle sera fermée par les 2 dernières personnes
- # L'heure d'ouverture et fermeture de la salle doit être cosignée sur le cahier réservé à cet effet.
- # Aucune activité, autre que la pratique du sport concerné, ne sera tolérée dans les locaux du club.

➤ **HYGIENE**

- # L'utilisation d'une serviette est obligatoire lors des exercices sur machine, banc, tapis,...
- # La serviette de grandes dimensions doit recouvrir siège et dossier des machines – **Hauteur minimum 1,50 m**

➤ **UTILISATION DU MATERIEL**

- # Tout travail avec barres et altères doit s'effectuer sur le plateau prévu à cet effet.
- # Après utilisation, le matériel doit être remis à sa place
- # Ne pas poser les disques en appui contre le mur ou miroirs ; utiliser les râteliers des supports
- # Prendre soin du matériel mis à votre disposition
- # Ne pas déplacer les appareils (vélo, rameur, ...) et le matériel en général

➤ **VESTIAIRES ET SANITAIRES**

- # Les vestiaires sont partagés avec d'autres activités sportives.
- # Prenez connaissance des consignes affichées dans les vestiaires
- # Ne pas laisser d'affaires en dehors des heures d'entraînement ; respecter la propreté des lieux
- # Des casiers sont à votre disposition ; à libérer en fin de séance
- # L'association HMH décline toute responsabilité en cas de vol dans nos locaux et détérioration de téléphone portable ou autre effet personnel, en particulier ceux se trouvant sur le lieu d'entraînement

➤ **TENUE**

- # Une tenue correcte est exigée au cours des séances d'entraînement ; survêtement, short, tricot de corps, legging.
- # Le port de la casquette ainsi que tout autre signe distinctif est interdit.
- # Seul est autorisé le port de **chaussures d'haltérophilie, chaussons de gym ou chaussettes**. Tout autre type de chaussures n'est pas autorisé

Je soussigné(e) (nom, prénom)atteste avoir pris connaissance du règlement intérieur du club et m'engage à le respecter. Des instructions additionnelles peuvent être publiées via un affichage et se doivent d'être également respectées.

Date :

Signature :