

## Année de naissance / Catégories / Codes

→	Changement de Catégorie au	Novembre 2018
-	2000 / 2001	Juniors JF, JM
-	1997 / 1999	Espoirs EF, EM
-	1980 / 1996	Seniors SF, SM
-	1970 / 1979	Master 1 VF1, VM1
-	1960 / 1969	Master 2 VF2, VM2
-	1950 / 1959	Master 3 VF3, VM3
-	1940 / 1949	Master 4 VF4, VM4

### HORAIRES ET LIEUX DE RENDEZ-VOUS, POUR TOUS

#### → LUNDI - Préparation Physique Générale

##### Piste Stéphane Diagana

- 19h30 / 21h00 : séance programmée en fonction des objectifs

#### → MARDI - Running

##### Gymnase Tony Parker / Piste Stéphane Diagana

- 17h45 / 18h20 : accès salle de musculation / sans encadrement
- 18h30 / 20h30 : séance sur piste

#### → MERCREDI - Running

##### Vélodrome Jacques Anquetil

- 19h20 / 20h45 : séance dans le bois de Vincennes / sans vestiaire

##### Piste Stéphane Diagana

- 19h20 / 20h45 : séance sur piste

#### → JEUDI - Préparation Physique Générale

##### Gymnase Tony Parker

- 18h30 / 19h30 : accès salle de musculation

#### → VENDREDI - Running

##### Gymnase Tony Parker

- 17h45 / 18h20 : accès salle de musculation / sans encadrement
- 18h30 / 20h15 : séance selon les objectifs
- 19h45 / 21h30 : séance selon les objectifs

#### → SAMEDI - Running

##### Vélodrome Jacques Anquetil

- 8h50 / 10h30 : séance dans le bois de Vincennes / sans vestiaire

#### → DIMANCHE - Running

##### Vélodrome Jacques Anquetil

# AZUR OLYMPIQUE CHARENTON

## → ACTIVITE RUNNING

## Saison 2018-2019



### INSCRIPTION

Comprenant la cotisation annuelle, la part fédérale versée à la FFA & la cotisation à l'assurance responsabilité civile.

- **160 €** → pour les résidents à Charenton-le-Pont (94200)
- **170 €** → pour les non-résidents
- **25 €** → prix du débardeur du club (**obligatoire 1<sup>ère</sup> année**)

Réduction de 10 € par cotisation à partir du deuxième adhérent domicilié dans le même foyer.

- **Un Certificat médical** de moins de 6 mois autorisant la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied **en compétition**.
- **Le Bulletin d'inscription** rempli et signé.

### CONTACTS

- Mail : [azurcharenton@yahoo.fr](mailto:azurcharenton@yahoo.fr)
- Emmanuelle JAEGER (Présidente) 06 17 72 93 51
- Vincent COBES (Entraîneur) 06 80 21 17 15
- Christophe PERROT (Entraîneur) 06 63 96 80 08

Le dossier d'inscription est à envoyer à

→ **Emmanuelle JAEGER – 7, rue de Lesdiguières – 75004 PARIS**

Le site de l'AO CHARENTON

<http://www.azurcharenton.fr/>

Les Foulées Charentonnaises

<http://www.lesfouleescharentonnaises.com/>

Avec le soutien de nos partenaires :



Avec le soutien de nos partenaires :



## FICHE D'INSCRIPTION (à remplir lisiblement)

NOM : \_\_\_\_\_

PRENOM : \_\_\_\_\_

Nationalité : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Sexe : M F (rayez la mention inutile)

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

**Important : la licence sera envoyée à cette adresse mail**

Je souhaite recevoir hebdomadairement la **gazette du club par mail** :

OUI NON (rayez la mention inutile)

J'autorise la **reproduction de mon image** sur les supports de communication du club.

OUI NON (rayez la mention inutile)

## CERTIFICAT MEDICAL

### NOUVEL ADHERENT

→ fournir **obligatoirement** un certificat médical

**Certificat médical DE MOINS DE 6 MOIS – de non contre-indication à la pratique du sport en compétition**

Date certificat médical : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

### RENOUVELLEMENT DE LICENCE

→ renseigner votre **questionnaire de santé** envoyé par mail de la FFA.

→ consulter la circulaire de la FFA :

[http://www.athle.fr/fichiers/a3/2017/CIRC34\\_20170523.pdf](http://www.athle.fr/fichiers/a3/2017/CIRC34_20170523.pdf)

## ADHESION

Je m'inscris à l'**Azur Olympique Charenton**.

J'adhère à la **Charte du club**, consultable sur le site

[www.azurcharenton.fr](http://www.azurcharenton.fr)

**Date et Signature** de l'athlète ou de son représentant légal :

Le \_\_\_\_\_



**35<sup>ème</sup> édition**

**Foulées Charentonnaises**

**Marc Anfreville**

**Le 24 février 2019**

Avec le soutien de nos partenaires :



Avec le soutien de nos partenaires :

