



INFORMATIONS PRATIQUES

Horaires

Marche Nordique au Bois de Vincennes

Mercredi (1 niveau)	Michel	10h - 12h
Samedi (2 niveaux)	Michel / Véronique	10h - 12h
Dimanche (1 niveau)	Michel	10h - 12h

Remise en forme / Condition physique

Salle annexe de basket du Gymnase Nelson Paillou - 4 avenue Anatole France
 M Ligne 8 - Charenton-Ecoles

Mardi	Selon un planning qui sera communiqué à la rentrée
-------	--

Lieux de rendez-vous



Marche Nordique



Gymnase Nelson Paillou



FICHE D'INSCRIPTION MARCHE NORDIQUE

SAISON 2019 - 2020

Merci de remplir en MAJUSCULES S.V.P

Nom :

Prénom :

Date de naissance : Sexe : M F

Numéro de licence (si déjà adhérent·e) :

E-mail (usuel) :

Important : la licence et les informations seront envoyées sur ce mail

Vous souhaitez recevoir notre gazette mail hebdomadaire : Oui Non

Adresse :

Code postal / Ville :

Tél. portable / Fixe :

Nationalité :

CONDITION PHYSIQUE

Location de bâtons (25 €) Oui (Taille svp :) Non

Date et signature :

Droit à l'image : j'autorise

Oui Non





FICHE D'INSCRIPTION MARCHE NORDIQUE SAISON 2019 - 2020

DOCUMENTS À FOURNIR IMPÉRATIVEMENT :

- Fiche d'inscription ci-jointe à remplir, dater et signer
- Cotisation annuelle à régler

La cotisation annuelle inclut :

La licence « Fédération Française d'Athlétisme + assurance « responsabilité civile

[en option assurance « Accident Corporel » complémentaire possible) pour les séances de 09/2018 à 06/2019]

(pas de séance pendant les vacances scolaires)

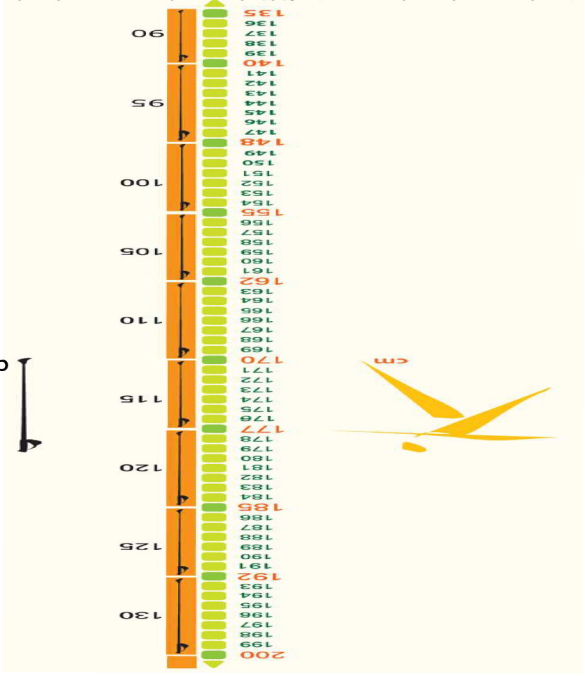
Habitant de Charenton	200 €	Location bâtons	25 € / an
Habitant hors Charenton	210 €		

Réduction de 10 € par cotisation dès le 2^{ème} adhérent domicilié dans le même foyer
 Chèque à l'ordre d'AZUR OLYMPIQUE CHARENTON
 Virement : FR76 1027 8060 0600 0200 5220 172 BIC : CMCIFR2A
 CCM CHARENTON

Certificat médical

<input type="checkbox"/> Nouvel adhérent	Je fournis un Certificat médical de non contre indication du sport en compétition de moins de 6 mois (date : ___/___/___)
<input type="checkbox"/> J'atteste avoir pris connaissance du questionnaire de Santé (site Fédération Athlétisme) et répondu NON à toutes les questions	Je fournis un Certificat médical de non contre indication du sport en compétition de moins de 6 mois (date)
<input type="checkbox"/> Renouvellement licence	Si questionnaire + de 3 ans

L'A.O.C est une association sportive ayant pour vocation d'allier une pratique Sport-Santé et une ambiance conviviale, toute adhésion au club engage au respect de la Charte du Club consultable sur www.azurcharenton.fr.



Comment choisir ses bâtons ?

- Qualité : privilégiez un minimum de 50% de fibre de carbone pour des vibrations limitées
- Taille : taille x 0,68 mais rapprochez-vous de votre coach car cela varie selon les marcheurs

Contacts

Pour toute information complémentaire :

Michel NORDIN
 (CQP Animateur
 Marche Nordique)
 06 79 43 93 39
 ou azurcharenton@yahoo.fr

Veronique PIVAT
 (Entraineur spécialisée
 Marche Nordique 1^{er} degre)
 06 71 58 28 23
 ou azurcharenton@yahoo.fr

ou visitez notre site www.azurcharenton.fr

