



## REGLEMENT INTERIEUR CAP DINSHEIM

### Préambule :

Ce règlement intérieur édicte les principales règles que les membres du club s'engagent à respecter afin d'assurer le bon fonctionnement du club.

Il a été révisé lors de la réunion du comité du 05 janvier 2007.

Il entrera en vigueur à compter du septembre 2007.

### I Conditions d'adhésion :

Les membres adhérents auront 15 ans révolus à moins d'être accompagné par un parent.

Pour que l'adhésion soit prise en compte il faudra fournir les pièces suivantes :

- Feuillet d'adhésion
- Cotisation
- Certificat médical de non contre – indication pour la pratique de la course à pied
- Les mineurs devront fournir une autorisation écrite des parents

### II La cotisation

Le montant de la cotisation est fixé tous les ans par le comité, elle sera de 40€ à compter de septembre 2007.

Elle couvre l'assurance des personnes et de la salle, les frais de location de la salle ainsi que les frais de fonctionnement du club. Elle est exigible lors de la remise de l'adhésion et au plus tard à la troisième séance de présence. La cotisation et l'adhésion sont valables pour une année (septembre à juin).

### III Fonctionnement de l'entraînement :

Deux entraînements sont assurés.

Le premier a lieu tous les lundis soirs de 18h30 à 20h30 au gymnase de DINSHEIM -GRESSWILLER.

Il se déroule en deux parties : un footing d'échauffement et une préparation physique générale.

L'entraîneur peut à sa guise modifier le déroulement de la séance.

Le second est un entraînement sur piste, il a lieu le mercredi soir de 18h à 20h sur la piste de la Caserne Moussy à Mutzig.

La séance a lieu en fonction de la luminosité soit de fin avril à début juillet et de début septembre à octobre.

Les entraînements sont assurés par Bernard STUMPERT qui sera suppléé par François SAUMON.

Les vestiaires sont assurés.

### IV Engagement aux courses :

La participation aux courses n'est pas obligatoire. Néanmoins chaque adhérent participant aux compétitions sportives s'engage à faire deux courses dans la saison sous les couleurs du club.

Les frais d'engagement restent quant à eux à la charge de chaque membre.

Néanmoins le comité peut décider de financer un certain nombre de courses par an et par membre, pour y prétendre il faut avoir 6 mois d'ancienneté au sein du club.

Le club fera paraître dans la presse uniquement les résultats des adhérents ayant courus sous les couleurs du club.

### V Règles de bonne conduite :

Je veille au respect d'autrui.

Je veille au respect du lieu d'entraînement et au matériel mis à la disposition par le club.

Je participe au rangement du matériel et /ou de la salle lorsque cela est nécessaire.

Pour le bon déroulement de la séance d'entraînement je pense à venir à l'heure ..... avec de la bonne humeur bien sûre !!!!

BONNE SAISON SPORTIVE A TOUS.....