

PORTES OUVERTES DU 8 SEPTEMBRE AU 18 SEPTEMBRE 2025



INSCRIPTION POUR L'ANNEE 2025-2026

Bonjour à tou(te)s les adhérent(e)s de la GV de Lagnieu !

Merci de prendre connaissance des renseignements ci-dessous afin de réaliser votre inscription

Nous vous donnons rendez-vous à l'**ASSEMBLEE GENERALE** qui aura lieu le **Lundi 8 Septembre à 18h** dans la salle derrière la mairie.

Vous êtes également invité(e)s à venir nous rencontrer au **FORUM** des associations de Lagnieu le **Vendredi 5 Septembre 2025**

PLANNING DES COURS SAISON 2025-2026

Début des cours le lundi 8 Septembre 2025 - fin des cours le 18 Juin 2026

Cours également pendant la 1ère semaine des vacances de Toussaint, Février et Pâques !

LUNDI :

14H00 à 15h00 FITNESS en salle 3 avec Aurélie

15H05 à 16H05 EQUILIBRE-MAINTIEN DE FORME en salle 4 avec Aurélie

18H05 à 19H05 STEP en salle 2 avec Bérénice

19H10 à 20H10 RENFO-CARDIO en salle 2 avec Bérénice

MARDI

09H00 à 10H00 projet en cours de recrutement

10H10 à 11H10 projet en cours de recrutement

14H00 à 15H00 STRETCHING en salle 3 avec Céline

MERCREDI

08H45 à 09H45 YOGA en salle 4 avec Aurélie

19H10 à 20H10 CARDIO-RENFO en salle 3 avec Sophie

JEUDI

09H00 à 10H00 PILATES POSTURAL en salle 3 avec Aurélie

10H05 à 11H05 PARCOURS OXYGENE extérieur ou salle 3 avec Aurélie

14H00 à 15H00 GYM DOUCE en salle 3 avec Céline

NOUVEAU

NOUVEAU :

Une fois par mois une activité randonnée sera proposée selon condition !

Impératif : avoir des baskets réservées au sport en salle (semelles propres), licence, serviette et bouteille d'eau

Depuis le 1^{er} septembre 2022, tous les licenciés doivent remplir le questionnaire de santé ci-joint et attester auprès du club que **chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative.**

A défaut, ils sont tenus de produire **un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport, de moins de 6 mois. Le questionnaire de santé est à compléter par les nouveaux licenciés et par ceux qui renouvellent leur licence.**

Tarifs 2025- 2026

Règlement par 1, 2 ou 3 chèques à l'ordre de « ASCL GV Lagnieu » encaissés fin septembre, fin octobre et fin novembre 2025

- Habitants de Lagnieu soit 140 € ou 70 € + 70 € ou 50 € + 50 € + 40 €
- Extérieurs de Lagnieu soit 150 € ou 75 € + 75 € ou 50 € + 50 € + 50 €

➤ Possibilité de paiement en virement uniquement pour le règlement en une seule fois, RIB envoyé sur demande.

Merci de nous retourner le dossier complet (fiche de renseignements complétée avec précision + règlement + attestation de santé complétée et signée ou du certificat médical si nécessaire)

Comment :

- lors du forum des associations le vendredi 5 Septembre 2025
- à la mairie de Lagnieu (le déposer ou l'envoyer à : ASCL GV Lagnieu, Mairie de Lagnieu, 16 rue Pasteur, 01150 Lagnieu)
- lors de l'Assemblée Générale du Mardi 07 octobre 2025

Sportivement votre,
Le bureau de la Gym Volontaire de Lagnieu



Fiche d'inscription : Année 2025 – 2026

Date d'inscription :

* Nom marital :

* Nom de naissance :

* Prénom :

* Date de naissance :

Sexe : Féminin Masculin

* Adresse e-mail : _____ @ _____

* Numéro téléphone portable :

* ADRESSE POSTALE :

* Certificat médical OU ATTESTATION si Réponses Négatives
à toutes les questions du questionnaire de santé
Besoin d'une attestation pour votre Comité d'Entreprise OUI NON

J'autorise l'association à réaliser des prises de vues photographiques, des vidéos lors des cours ou manifestations.

* Les images pourront être utilisées directement par l'association sous toute forme et tout support à des fins de communication. OUI NON

* Je pense participer à l'activité randonnée ! « NOUVEAU »
(Un questionnaire d'évaluation de niveau sera donné à ceux qui cochent la case)

En signant ce document, je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur dont un extrait m'est remis ce jour et m'engage à le respecter.

Règlement (s) : Chèque n° 1 : _____ € Chèque n° 2 : _____ € Chèque n° 3 : _____ €

- Merci d'indiquer au dos du(es) chèque(s) le nom de l'adhérent(e) si différent de celui du(es) chèques
- Par Virement (uniquement pour les règlements en une seule fois, RIB envoyé sur demande (merci de bien noter le nom et prénom de l'adhérent si différent de celui du compte)

RGPD* : En cochant cette case, je reconnais avoir pris connaissance que l'association et la FFEPGV collectent et utilisent ses données personnelles dans le cadre de son contrat d'adhésion avec l'association et du contrôle de l'honorabilité lorsqu'il est nécessaire. Les données personnelles de chaque adhérent sont utilisées à des fins de gestion associative, mais également à des fins statistiques non-nominatives. Chaque adhérent est informé qu'il a un droit d'accès de modification, d'effacement et de portabilité qu'il peut exercer sur ses données personnelles. Pour faire valoir ce droit, l'adhérent devra envoyer un e-mail à l'association à l'adresse suivante : gvlagnieu@outlook.fr ou un courrier à l'adresse de l'association.

* à remplir ou lire obligatoirement

Lu et approuvé, bon pour accord

A Lagnieu, le / /

Signature :

Questionnaire de santé EPGV pour le sportif majeur

ANNEXE 1 - questionnaire de santé – Majeurs Volet à conserver par le licencié

L'exercice physique pratiqué d'une façon régulière constitue une occupation de loisir saine et agréable. Beaucoup de personnes devraient augmenter leur niveau d'activité physique au quotidien, et ce tous les jours de la semaine. Mener une vie active est bénéfique pour la santé de tous.

Ce questionnaire vous dira s'il est nécessaire pour vous de consulter un médecin afin d'établir l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives.

| S'il vous plait, répondez soigneusement et honnêtement à ces 6 questions: cochez Oui ou Non | OUI | NON |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1) Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque, d'une d'hypertension artérielle, d'une affection de longue durée (ALD) ou d'une autre maladie chronique | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) Ressentez-vous une douleur à la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel au repos, une fatigue intense au cours de vos activités quotidiennes ou lorsque vous faites de l'activité physique? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liés à des étourdissement ou avez-vous perdu connaissance au cours des 12 derniers mois? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié | | |

- Si vous avez répondu NON à toutes les questions ci-dessus, merci de remplir et signer l'attestation sur l'honneur ci jointe et la remettre à votre club.
- Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs des questions ci-dessus, votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. **Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous examine et vous délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club. [Le certificat médical doit dater de moins de 6 mois.]**

Volet à remettre à l'association

ATTESTATION EN VUE DE L'OBTENTION OU DU RENOUELEMENT D'UNE LICENCE À LA FFEPGV

Je soussigné M/Mme :, né(e) le, atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir répondu par la négative à l'ensemble des questions du questionnaire de santé.

Saison: 2025.../...2026 Club EPGV ASCL GYM VOLONTAIRE LAGNIEU .

A, le/...../.....

Signature

www.ffepgv.fr





ASSOCIATION SPORTIVE ET CULTURELLE DE LAGNIEU SECTION GYMNASTIQUE VOLONTAIRE (ASCL GV)

EXTRAIT DU REGLEMENT INTERIEUR

Conformément à l'article 5 des statuts de l'ASCL la section GV de Lagnieu possède son règlement intérieur validé lors de l'Assemblée Générale du 12/09/2019. Il sera remis à chaque nouvel adhérent et transmis par messagerie aux adhérents déjà inscrits.

La section Gymnastique Volontaire de l'ASCL LAGNIEU a pour but la pratique d'une activité physique et sportive de loisir et de bien-être permettant d'améliorer sa condition physique tout en se faisant plaisir.

La section, affiliée à la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) est constituée conformément aux dispositions de la loi du 1 juillet 1901.

La section s'autorise à ne plus prendre d'inscriptions au-delà d'un certain nombre de places définies en début d'année par le bureau ou à limiter l'accès à certains cours pour les derniers inscrits qui seront prévenus avant de valider leur inscription.

L'Association est assurée pour ses activités gymniques et décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol durant les séances de gymnastique quant aux objets personnels déposés dans les locaux mis à disposition.

L'âge minimum est de 16 ans révolus pour la pratique de la Gym Volontaire.

La section se réserve à tout moment, le droit d'ajouter, modifier ou supprimer des heures de cours sans devoir rembourser tout ou partie de la cotisation à ses membres.

Sont membres de la section les personnes licenciées à jour de leur cotisation et ayant validé le questionnaire santé ou en possession d'un certificat médical. Seuls les membres de la section peuvent participer aux cours de gymnastique. Un délai d'un mois est accordé pour la fourniture du certificat médical si celui-ci est nécessaire: au plus tard mi-octobre.

La cotisation est due pour l'année entière même en cas de départ ou arrivée en cours d'année.

La section se réserve la possibilité de proposer deux cours d'essai gratuits sous la responsabilité de la Fédération et chaque nouveau postulant est tenu de se présenter à l'animateur au début du cours.

Pour participer au cours chaque membre doit être présent au début du cours et :

* Avoir une tenue de sport adaptée (short, tee-shirt, jogging, chaussures de sport propres adaptées et réservées aux séances en salle) et une serviette. Une bouteille d'eau est fortement conseillée.

* Avoir sur lui sa licence FFEPGV (ou sa carte d'adhérent).

Pour des raisons de sécurité, il est fortement déconseillé de porter des bijoux.

Durant les cours les participants restent responsables des actes qu'ils font en dehors des indications des animateurs.

Les adhérents sont tenus de remettre en place de façon correcte les matériels mis à leur disposition. Votre inscription à l'association vaut acceptation du présent règlement.

Le bureau de la GV

ASCL GYM VOLONTAIRE
DE LAGNIEU
Mairie - 16, rue Pasteur
61150 LAGNIEU
SIRET 775 358 714 000 16 - Code APE 9312Z