



Association RECAP

PHOTO

Présentation

Sexe	O Homme	O Femme
Nom		
Prénom		
Date de naissance		
Adresse complète		
Téléphone		
Mail		

Cotisation (NON REMBOURSABLE*):

(assurance + séances)

Forfait avec Social Club		Détails	
Forfait A		Forfait A	
Base : 500€ (41€/mois)	=>	Base : Séance Social Club + 1 séance domicile	
Parrainage : 420€ (35€/mois)	=>	Parrainage : Tarif pour le Parrain de 2 personnes	
Famille : 420€ (35€/mois)	=>	Famille : Tarif pour les membres d'une Famille	
Forfait B		Forfait B	
Base : 300€ (25€/mois)	=>	Base : Séance Social Club (membre RECAP ou/et CCAS)	
Famille : 264€ (22€/mois)	=>	Parrainage : Tarif pour les membres d'une Famille	
Parrainage = 264€ (22€/mois)	=>	Famille : Tarif pour le Parrain de 2 personnes	

Moyen de paiement

Chèques		Espèces
1) Chèque n°.....montant :.....€	7) Chèque n°.....montant :.....€	Espèces en une fois contre reçu Espèces : € Reçu n°.....
2) Chèque n°.....montant :.....€	8) Chèque n°.....montant :..... €	
3) Chèque n°.....montant :.....€	9) Chèque n°.....montant :.....€	
4) Chèque n°.....montant :.....€	10) Chèque n°.....montant :.....€	
5) Chèque n°.....montant :.....€	11) Chèque n°.....montant :.....€	
6) Chèque n°.....montant :.....€	12) Chèque n°.....montant :.....€	

Les Chèques seront libellés à l'ordre de « Association RECAP » à la date de l'inscription

Personnes à contacter en cas d'accident :

Nom	
Prénom	
Lien de parenté	
Téléphone	



Association RECAP

AUTORISATION REPRESENTANT LEGAL (mineur ou tutelle)

Je soussigné(e) Madame, Monsieur autorise mon fils, ma fille à pratiquer les activités proposé au sein de l'Association RECAP et de participer aux événements extérieur avec le responsable du club.

(Rayer la mention en trop)

J'autorise / Je n'autorise pas à transporter mon enfant lors de changement de lieu d'activité.

J'autorise / Je n'autorise pas mon enfant à rentrer seul à la fin de chaque activité qu'il pratique

J'autorise / Je n'autorise pas mon enfant à rentrer seul en cas d'annulation du cours.

Si l'enfant n'est pas autorisé à rentrer seul = Indiquer ci-dessous les coordonnées de la personne autorisée à prendre l'enfant :

Nom et Prénom : Téléphone :

Adresse :

Ajouter la mention manuscrite

« Lu et approuvé »

Signature

DROIT A L'IMAGE

(Rayer la mention en trop)

Je soussigné(e) Madame, Monsieur
autorise / n'autorise pas le club RECAP : Reprendre le contrôle avec l'activité physique à photographier ou filmer, transmettre, diffuser, reproduire les photos ou film de mon enfant ou moi-même dans le cadre de la promotion sportive : Plaquette, Journaux, Affiches, Video, Site internet à titre individuel ou en groupe.

Cette autorisation vaut à toutes fins, même commerciales, par tous modes connus ou inconnus à ce jour, au titre de la promotion du Fitness dans le cadre le l'Association RECAP et pour une durée indéterminée à partir de ce jour. Cette autorisation est donnée à titre gratuit.

Ajouter la mention manuscrite

« Lu et approuvé »

Signature



Association RECAP

Objectifs Recherchés

Cocher	Qualité physique
<input type="radio"/>	Renforcement Musculaire
<input type="radio"/>	Souplesse et Mobilité articulaire
<input type="radio"/>	Capacité Cardio-respiratoire
<input type="radio"/>	Renforcement de l'ossature
<input type="radio"/>	Equilibre et Proprioception
<input type="radio"/>	Lutte contre le Stress
<input type="radio"/>	Perte de poids
<input type="radio"/>	Autres :

Etat Motivationnel

Ce questionnaire a été conçu pour mieux comprendre votre motivation sportive et mieux adapter vos séances et votre suivi.

De manière générale, aimez-vous le sport ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas du tout								Totalement	

Faites-vous ou commencez-vous le sport par vous-mêmes ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Pensez-vous que le sport peut améliorer votre état de santé ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

A quel point serait-il important pour vous d'avoir une activité physique ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sentez-vous capable de pratiquer une activité physique régulière ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Votre état de santé est-il, pour vous, un frein au sport ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Etat Physique

Points						Scores
1	2	3	4	5		
(A) Comportements Sédentaires						
Combien de temps passez-vous en position assise par jours (loisirs, travail, télé, etc) ?	+ de 5h <input type="radio"/>	4 à 5h <input type="radio"/>	3 à 4h <input type="radio"/>	2 à 3h <input type="radio"/>	- de 2h <input type="radio"/>	
Total (A)						
(B) Activités Physiques de loisir (dont Sport)						
Pratiquez-vous régulièrement une ou des activités physiques ?	Non <input type="radio"/>				Oui <input type="radio"/>	
A quelle fréquence pratiquez-vous l'ensemble de ces activités ?	1à2 fois/ mois <input type="radio"/>	1fois/ semaine <input type="radio"/>	2fois/ Semaine <input type="radio"/>	3fois/ semaine <input type="radio"/>	4fois/ semaine <input type="radio"/>	
Combien de minutes consacrez-vous en moyenne à chaque séance d'activité physique ?	- de 15 min <input type="radio"/>	16 à 30 min <input type="radio"/>	31 à 45 min <input type="radio"/>	46 à 60 min <input type="radio"/>	+ de 60 min <input type="radio"/>	
Habituellement comment percevez-vous votre effort ? 1= Effort très facile ; 5= effort très difficile	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	
Total(B)						
(C) Activités Physiques quotidiennes						
Quelle intensité d'activité physique votre travail requiert-il ?	Très peu <input type="radio"/>	Peu <input type="radio"/>	Modéré <input type="radio"/>	Intense <input type="radio"/>	Très intense <input type="radio"/>	
En dehors de votre travail régulier, combien d'heure consacrez-vous par semaine aux travaux légers; bricolage, jardinage, ménages, etc.. ?	- De 2 h <input type="radio"/>	3 à 4h <input type="radio"/>	5 à 6h <input type="radio"/>	7 à 9h <input type="radio"/>	+ de 10h <input type="radio"/>	
Combien de minutes par jour consacrez-vous à la marche ?	- de 15 min <input type="radio"/>	16 à 30 min <input type="radio"/>	31 à 45 min <input type="radio"/>	46 à 60 min <input type="radio"/>	+ de 60 min <input type="radio"/>	
Combien d'étages, en moyenne, montez vous à pied chaque jour ?	- de 2 <input type="radio"/>	3 à 5 <input type="radio"/>	6 à 10 <input type="radio"/>	11 à 15 <input type="radio"/>	+ de 16 <input type="radio"/>	
Total (C)						
Total (A)+(B)+(C)						

Résultat :

- **Moins de 18 : Inactif**
- **Entre 18 et 35 : Actif**
- **Plus de 35 : Très actif**

Règlement intérieur de l'association RECAP
REprendre le Contrôle par l'Activité Physique
Adopté par l'assemblée générale du 14/07/2022

L'Association **RECAP** (**RE**prendre le **Co**ntôle par l'**Acti**vé **Ph**ysique) est régie par la loi du 1er juillet 1901 et le décret du 16 août 1901, fondée en 2022.

Cette association a pour objet la pratique d'activité physique et sportive adaptée, la détente, le loisir en salle ou en plein air afin de promouvoir la santé au travers le sport.

Le présent règlement intérieur est établi en application de l'article 19 des statuts de l'Association. Il s'applique à tous les membres de l'Association.

ARTICLE: Inscription

Pour que toute inscription soit valide, l'adhérent n'étant pas adressé par son médecin traitant dans le cadre du sport sur ordonnance. Doit fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de renforcement musculaire et de fitness.

ARTICLE: Tenue vestimentaire

Les règles légales d'hygiène et sécurité doivent être respectées.

De plus, chaque adhérent devra adopter une tenue correcte et appropriée aux exercices proposés.

Le port de chaussures de sport réservées à un usage intérieur uniquement est obligatoire dès le premier jour.

ARTICLE: Vestiaires

Des vestiaires sont mises à disposition des adhérents.

Il est conseillé de ne pas apporter ni laisser d'objets de valeurs dans les casiers du fait que les vestiaires ne font l'objet d'aucune surveillance spécifique.

Les biens laissés par l'adhérent dans les casiers demeurent sous la garde de l'adhérent. Il est par ailleurs précisé que les casiers ne sont pas nominatifs et doivent impérativement être laissés libres de toute occupation par l'adhérent à l'issue de chaque séance de sport.

Par mesure d'hygiène et de sécurité, l'association se réserve le droit de procéder à l'ouverture de chaque casier non libéré à la fin des séances.

ARTICLE: Assurance

L'association RECAP est couverte par un contrat d'assurance responsabilité civile.

ARTICLE: Adhésions

Au moment de leur adhésion, les membres adhérents doivent s'acquitter d'une cotisation dont le montant est fixé annuellement par l'Assemblée Générale sur proposition du Bureau.

Cette cotisation inclut l'assurance.

Toute cotisation versée à l'Association est définitivement acquise. Il ne saurait être exigé un remboursement de cotisation en cours d'année en cas de démission ou d'exclusion d'un membre.

Les personnes désirant adhérer à l'Association doivent remplir un bulletin d'adhésion. Pour les mineurs de moins de 18 ans, ce bulletin sera rempli et signé par un représentant légal, accompagné d'un formulaire d'autorisation parentale dûment rempli.

ARTICLE: Remboursement

En cas d'inaptitude temporaire à la pratique du sport (grossesse, problèmes de santé, modifications des activités professionnelles, ...) et sur présentation d'un justificatif, l'abonnement sera suspendu et le terme du contrat sera reporté pour une durée égale à celle de la suspension, avec report éventuel sur la saison suivante. En cas d'arrêt définitif, à titre exceptionnel uniquement et pour raison grave motivée (raisons professionnelles ou de santé) accompagnée d'un justificatif, il sera procédé à un remboursement prorata temporis après déduction d'une somme forfaitaire couvrant les frais de dossier. Cette somme sera réévaluée en même temps que les tarifs annuels.

Tout trimestre entamé est dû.

ARTICLE: Modification du règlement intérieur

Modification du règlement intérieur Le présent règlement intérieur pourra être modifié par le bureau ou par l'assemblée générale ordinaire à la majorité des membres.

ARTICLE: Comportement

Chaque membre doit respecter les règles élémentaires de savoir-vivre et de savoir-être en collectivité.

Le respect des personnes et du matériel est exigé de la part de tous les pratiquants. L'adhésion à l'Association suppose le respect de ses règles.

Toute personne dont le comportement ou les propos seraient non conformes avec l'éthique de l'Association se verra immédiatement exclue. Cette exclusion sera prononcée par le Bureau, signifiée par lettre recommandée AR stipulant les motifs de la radiation et ne donnera droit à aucune indemnisation.

Sont considérés comme motifs d'exclusion toute rixe, injure, insulte, comportement agressif, incivilité et a fortiori tout acte pénalement sanctionnable. Il en est de même de tout comportement raciste, xénophobe, sexiste et/ou discriminant au sens des dispositions du Code du travail et du Code pénal.

Différents motifs, parmi lesquels :

- Infraction aux statuts et règlement intérieur de l'Association.
- Toute action de nature à porter préjudice, directement ou indirectement, aux activités de l'Association ou à sa réputation, à ses intérêts moraux et matériels.
- Détérioration du matériel.
- Comportement inconvenant ou dangereux.
- Propos désobligeants, injurieux ou diffamatoires envers les autres membres ou les animateurs, sur Internet ou lors des activités de l'Association entraîneront la radiation immédiate.

La médisance ou la mauvaise humeur lors des activités de l'Association ne seront pas tolérées non plus, le Bureau estimant que cela génère une ambiance délétère contraire avec l'atmosphère conviviale souhaitée au sein de l'association RECAP.

Les membres du Bureau sont chargés de l'application de ces règles et en leur absence, la responsabilité en incombe à l'animatrice ou animateur du cours.

Il est formellement interdit de fumer dans les locaux où sont pratiquées les activités sportives de l'Association.

ARTICLE: Données personnelles

Protection des données personnelles (Cf. Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen et du Conseil du 27 avril 2016, applicable à partir du 25 mai 2018).

Les données à caractère personnel collectées, seront conservées pendant 10 ans. Au terme de la période précitée, les données sont archivées de manière sécurisée pour les durées nécessaires de conservation et/ou de prescription résultant des dispositions législatives ou réglementaires propres à ces données.

Les destinataires des données collectées dans ce cadre sont les services de l'Etat et les opérateurs ou partenaires sous conventions.

Conformément aux dispositions de la Loi n°7817 du 6 janvier 1978, relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés et du règlement UE 2016/679 sur la protection des données du 27 avril 2016, vous reconnaissez avoir été informé de vos droits et bénéficiez ainsi :

- d'un droit d'accès et de rectification vous permettant de faire modifier, compléter ou mettre à jour vos données personnelles ;
- d'un droit de suppression des données inexactes, incomplètes, équivoques, périmées, ou dont la collecte, l'utilisation, la communication ou la conservation est interdite ;
- d'un droit d'opposition au traitement de vos données pour des motifs légitimes ;
- d'un droit d'opposition sans motif, à l'utilisation de vos données à des fins de prospection ;
- d'un droit de définir des directives relatives au sort des données personnelles après la mort ;
- d'un droit à la limitation du traitement, dans les termes et conditions visés dans l'article 18 du règlement européen n°2016/679 du 27 avril 2016 ;
- du droit d'introduire une réclamation auprès de l'autorité de contrôle compétente (la Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés – la « CNIL »).

ARTICLE: Radiation

La qualité de membre se perd par la radiation, la démission ou le décès.

La radiation est prononcée par le Comité Directeur pour non-paiement de cotisation ou pour motif disciplinaire.

Fait à

Le



Association RECAP

ORDONNANCE SPORTIVE

ANNEXE 1 : Formulaire spécifique de prescription à la disposition des médecins traitants

Tampon du Médecin	
--------------------------	--

DATE :

Nom du patient :

Je prescris une activité physique et/ou sportive adaptée

Pendant , à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient.

Préconisation d'activité et recommandations :

.....
.....
.....

Restrictions et/ou limitations fonctionnelles à prendre en compte :

.....
.....
.....

Type d'intervenant(s) appelé(s) à dispenser l'activité physique(en référence à l'Article D. 1172-2 du Code de la santé publique¹),le cas échéant, dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire¹:

.....

Document remis au patient

La dispensation de l'activité physique adaptée ne peut pas donner lieu à une prise en charge financière par l'assurance maladie.

Lieu date signature cachet professionnel

Décret no 2023-234 du 30 mars 2023 relatif aux conditions de prescription et de dispensation de l'activité physique adaptée / Art. 1er. – Le chapitre II du titre VII du livre premier de la première partie du code de la santé publique est ainsi modifié : 1o A l'article D. 1172-1, la première phrase du deuxième alinéa est remplacée par deux phrases ainsi rédigées : « Une activité physique adaptée a pour but de permettre à une personne d'adopter un mode de vie physiquement actif sur une base régulière afin de réduire les facteurs de risque et les limitations fonctionnelles liées **à l'affection de longue durée, à la maladie chronique ou à des situations de perte d'autonomie** définies à l'article D. 1172-1-1 dont elle est atteinte. L'activité physique adaptée s'adresse aux patients n'ayant pas un niveau régulier d'activité physique égal ou supérieur aux recommandations de l'Organisation mondiale de la santé et qui ne peuvent augmenter leur niveau d'activité physique en autonomie, de façon adaptée et sécurisée. » ;

¹Concerne les titulaires d'un titre à finalité professionnelle, d'un certificat de qualification professionnelle ou d'un diplôme fédéral, inscrit sur arrêté interministériel qui ne peuvent intervenir dans la dispensation d'activités physiques adaptées à des patients atteints de limitations fonctionnelles modérées que dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire (cf. annexe 4 de l'instruction interministérielle n° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017 relative à la mise en œuvre des articles L.1172-1 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique et portant guide sur les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée)