SPGym - REGLES DE VIE AUX ENTRAINEMENTS

Chers parents, vous trouverez ci-dessous quelques règles de vie à suivre pour le bon fonctionnement des entrainements et la sécurité de vos enfants :

1) Respecter les heures de début d'entrainement. Arriver 5 minutes avant afin d'être prêt pour démarrer à l'heure.

2) Prévenir l'entraineur de votre enfant en cas de retard ou d'absence.

3) Pour toutes les gymnastes et en particulier pour les groupes de compétitions et pré-compétitions, il faudra justifier toute absence. Si le cours de votre enfanta plusieurs cessions et qu'il ne peut pas assister à toutes les cessions pour diverses raisons, merci de le dire dès le début de l'année à l'entraineur.

4) Pour la sécurité des gymnastes, il est demandé qu'ils viennent à l'entrainement avec des tenues près du corps. Pour les groupes Compétitions féminins, l'entrainement se fait en justaucorps.

5) Durant l'entrainement et pour leur sécurité, les gymnastes doivent avoir les cheveux attachés. De plus, pour plus de facilité pour le passage d'une salle à une autre, merci de les munir d'une paire de claquettes ou tongs et d'une bouteille d'eau.

6) A chaque début de cours, une boîte sera mise à disposition afin que les gymnastes y placent leur téléphone afin de garantir le bon déroulement de l'entrainement.

7) Il est demandé aux gymnastes de respecter leur entraineur et de se respecter entre eux/elles.

8) Il est demandé aux gymnastes de respecter le matériel qui est mis à leur disposition.

9) Les parents doivent récupérer leur enfant à l'heure et dans le vestiaire. Pour les enfants qui rentrent seuls ou qui doivent attendre leurs parents sur le parking, une autorisation sera demandée.

10) Pour les parents qui auraient des réclamations ou des questions à transmettre, merci de les faire directement aux entraineurs concernés ou au bureau de la SPG par mail ou SMS. Merci de ne pas le faire dans les groupes WhatsApp.

11) Les cours du samedi ont lieu toute l'année scolaire, y compris le premier samedi des vacances scolaires, afin de compenser les samedis où les entraineurs seraient absents pour cause de compétitions entre Janvier et Juin.

Le Club se réserve le droit d'exclure temporairement ou définitivement tout.e gymnaste qui ne respecterait pas ces règles à plusieurs reprises. Tout ceci afin de créer un climat favorable à l'entrainement de vos enfants par des entraineurs pour la plupart bénévoles.

Le/la gymnaste s'engage à respecter le règlement intérieur disponible sur le site spgym.net.

Bureau SPG : Gymnaste : Parents :

SOCIÉTÉ PONTOISIENNE DE GYMNASTIQUE
Hall Omnisports
Rue Pierre de Coubertin
95300 PONTOISE

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

cerfa
N°15699*01

Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « QS – SPORT »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
A ce jour		
7) 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 ?	☐	☐
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐
**NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.*		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :
Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :
Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

Nom, prénom du déclarant :

Date et signature :

Nom, prénom du gymnaste :