

A faire parvenir à la secrétaire : Catherine ROLLET 1bis rue du Wricholles 57680 CORNY-sur-MOSELLE.
ou à la secrétaire-adjointe : Nicole BERCEVILLE : 28 rue d'Alsace 57950 MONTIGNY-les-METZ
ou au président : Serge CARÉ-COLIN 3, rue aux blés 57680 ARRY

Cotisation annuelle : Pour **2024** du 1^{er} septembre 2023 au 31 août 2024, la cotisation annuelle reste inchangée soit 33,00 €. Pour les membres détenant une licence de baliseur ou une licence (catégorie IRA) d'un autre club affilié à la F.F.R, la cotisation pour Moulins Rando est de 13€. Une photocopie de cette licence est alors à fournir à titre de justification.

Option : + 10 € pour un abonnement au magazine de randonnée " PASSION RANDO " (4 numéros/an)

Rappel : Pour être traité et aboutir à la remise de la licence, **votre dossier doit être complet et comprendre**

1. Le présent formulaire dûment renseigné, daté et signé
2. Le chèque de la, ou des cotisations établi à l'ordre de MOULINS RANDO
3. Pour une **première adhésion** ou après une interruption de 2 saisons ou plus, un certificat médical datant de moins de 6 mois attestant d'aucune contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre. Ce certificat restera valable pour toute votre durée d'adhésion continue au club. Il vous suffira ensuite d'attester chaque année de votre bonne capacité physique ...à marcher. Pour cela il faut avoir répondu « non », en toute honnêteté, à toutes les questions du questionnaire de la page suivante (questionnaire qui n'est pas à fournir et doit rester confidentiel). En cas de réponse positive à une ou plusieurs questions, un nouveau certificat médical est à fournir.
4. Le justificatif éventuel de prise de licence dans un autre club affilié à la F.F.Randonnée.

Renseignements à fournir en vue de la délivrance de la licence F.F.Randonnée pour l'année 2024

ou pour un pass découverte de quelques mois : Pour le pass, le certificat médical n'est pas obligatoire.

Madame, Monsieur (Nom et Prénom)

Date de naissance : Nationalité :

Adresse complète :

e-mail :@.....

téléphone fixe téléphone mobile :

demande à adhérer à l'Association « MOULINS RANDO » en vue de participer aux randonnées pédestres et autres manifestations conviviales que cette dernière organise.

Type de randonnée envisagée : plusieurs réponses possibles

Rapide le lundi (si animateur disponible) Soutenue le lundi, santé le lundi, douce le mercredi,

normale le jeudi, nordique le vendredi matin, marche le dimanche : ½ journée ou journée

Coordonnées de la personne à prévenir en cas d'absolue nécessité :

Nom, prénom, adresse **et téléphone** :

Montant cotisation€ Fait à : Le : / / signature

De fait de leurs inscriptions, sauf demande contraire de leur part, les membres acceptent que leurs photos prises au cours de randonnées pédestres puissent figurer sur le site web de Moulins-Rando.

Attestation pour les pratiquants majeurs

Je soussigné(e) M^{me} M^r (nom et prénom)

Atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et **avoir répondu NON à toutes les questions**

Date : / /et signature

Ce questionnaire ci-dessous d'auto-évaluation est la propriété du licencié et ne doit pas être montré au club ou à ses animateurs.

7 QUESTIONNAIRE DE SANTÉ QS – SPORT



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 inexplicée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplet atteste, 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.

Rappel de l'adresse du site internet : moulins-rando.fr