



Règlement Intérieur Section Course

Article 1 : Constitution, objet.

La section course de l'Association **Les Semelles Usées de Rognac** rassemble les membres de l'association pratiquant la course à pied.

Le présent règlement a pour objet de compléter les statuts de l'association « Les Semelles Usées de Rognac » en précisant les modalités de fonctionnement interne de la section course. Il a également pour objet de rappeler à chacun ses droits et ses devoirs afin d'organiser au mieux la vie du groupe dans l'intérêt de tous.

Article 1 bis: Adhésions et cotisations

Tout adhérent devra s'acquitter de la cotisation au tarif en vigueur.

Seuls les nouveaux adhérents pourront bénéficier d'un tarif réduit si l'inscription est faite après le 1er janvier

Pour la nouvelle saison, les adhésions devront être effectuées jusqu'au 1 Octobre. Passé cette date, seuls les adhérents de cette nouvelle saison recevront toutes les nouvelles informations.

Article 2 : Organisation de la section.

Sous l'autorité du président de l'association Les Semelles Usées de Rognac, le responsable de la section administre, organise les activités et assure la communication au sein de la section.

Il est membre de droit du bureau de l'association et est secondé par un ou plusieurs accompagnateurs, membres du Conseil d'administration.

Article 3 : Organisation de la pratique sportive.

L'association sportive Les Semelles Usées de Rognac étant une association sportive à vocation loisir, la section dispose d'accompagnateurs bénévoles formés par la Fédération Sportive & Gymnique du Travail (FSGT) à la pratique de la course et d'accompagnateurs bénévoles non formés.

Les séances bi-hebdomadaires, dénommées "entraînements", sont destinées à organiser la pratique de la course en groupe Elles sont obligatoirement guidées par un accompagnateur. En absence d'accompagnateur officiel, la sortie sera annulée. Afin que chacun puisse trouver son plaisir en fonction de son niveau, il est demandé aux participants de faire l'effort nécessaire pour assurer la cohésion du groupe.

Article 4 : Aptitude médicale.

Tous nouveaux adhérents de la section Course doivent prouver leur aptitude physique en produisant lors de leur adhésion un certificat médical portant obligatoirement la mention : **“pas de contre-indication à la pratique de la course à pied et en compétition”**

Pour les anciens adhérents ils peuvent produire un certificat médical portant obligatoirement la mention : **“pas de contre-indication à la pratique de la course à pied et en compétition”**.
Ou de l’attestation santé signée sur le bulletin d’adhésion après avoir rempli le questionnaire santé mis à sa disposition par le club à condition d’avoir déjà fourni un certificat médical l’année précédente.

Conformément à l’article 4 des statuts de l’association, le défaut de présentation d’une décharge médicale est susceptible d’entraîner la suspension temporaire de l’adhésion, voire la radiation définitive du club.

Article 5 : Assurance – Licence.

L’adhésion à l’association n’inclut pas l’assurance individuelle habituellement liée aux licences sportives. Il incombe aux adhérents qui le souhaitent de s’assurer personnellement, soit en prenant une licence FSGT proposée par le Club (au mois de décembre), soit auprès de la compagnie d’assurance de leur choix soit en prenant une licence individuelle auprès de la FSGT

Article 6 : Organisation des “entraînements”.

La saison débute le premier mercredi après le forum des associations et se termine au plus tard le 31 Août.

La section propose à ses adhérents 2 sorties par semaine. Les créneaux sont

Mercredi 18h00 et Samedi 9h00 sans limite de durée

Ces horaires peuvent être modifiés pour être adaptés aux conditions saisonnières (chaleur, froid, ...). Les rendez-vous sont fixés 10 minutes avant l’heure de départ.

Le point de rendez-vous habituel est la place Lou Mistraou (Parking du CAM). Ce point de rendez-vous peut-être modifié dans les mêmes conditions que les horaires (nouveau parcours, départ d’entraînement de course, ...). Le trajet entre ce point de rendez-vous et le point de départ de la sortie ne sera pas effectué en convoi. Chaque véhicule se rendant individuellement à ce point de départ de la course.

Chaque participant se doit de respecter les consignes et les instructions énoncées par l’animateur, en particulier celles de sécurité visant à limiter la mise en danger d’un participant ou du groupe.

Ces consignes sont mises à disposition sur notre site et tout adhérent est censé en avoir pris connaissance.

Article 7 : Le covoiturage.

Le covoiturage est très fortement conseillé. La participation financière à un covoiturage pour une sortie aller/retour est fixée à la tarification en cours donnée par le Service Public Fédéral des Finances à laquelle s'ajoutent, dans certains cas, des frais d'autoroute.

Article 8 : Formation.

Le club propose à ses adhérents des formations d'encadrement aux activités courses. Ces stages sont financés par le club, en contrepartie, les bénéficiaires de ces formations s'engagent à tenir les fonctions correspondant aux formations suivies.

Article 9 : Les équipements.

Les participants doivent être correctement équipés :

Chaussures adaptées à la course, le cas échéant, l'association décline toutes responsabilités.

Vêtements appropriés aux conditions météorologiques et un sac à dos dans lequel il doit y avoir une boisson en quantité suffisante afin d'éviter la déshydratation et des aliments correspondant aux besoins individuels personnels (barres de céréales ou autres).

Il est du ressort de chaque participant de disposer de sa pharmacie personnelle et de suivre la posologie prescrite par son médecin en cas de traitement particulier.

Article 10 : Droit à l'image.

Les adhérents autorisent l'association ainsi que ses ayants droit, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles, prises à l'occasion des activités du club et sur lesquelles ils peuvent apparaître, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur.

Les adhérents opposés à cette autorisation doivent l'exprimer par courrier recommandé au président de l'association.

Article 11: Règlement intérieur.

Le présent règlement a été rédigé et validé par le Conseil d'Administration. Il peut être modifié selon les nécessités d'actualisation. (Art 16 des statuts)

Approuvés lors de l'assemblée générale du 06 Juin 2026

Responsable de la section Course.

Président de l'association.