



# **REGLEMENT INTERIEUR**

MULTISPORTS ADULTES – GILLES DE RETZ

*Préambule : le règlement intérieur de l’association « Gilles de Retz » s’applique à la section Multisports adultes.*

PUBLIC ET ESPRIT

**L’activité s’adresse à tous les adultes** d’au moins 18 ans qui souhaitent poursuivre ou reprendre une activité sportive.

**L’esprit majeur recherché est la convivialité et non la performance**, **chacun des membres évoluant selon son propre niveau ou rythme.** **Il est nécessaire de respecter chaque membre, que celui-ci souhaite beaucoup se dépenser ou simplement faire un peu d’exercice physique.** Lors des mini matchs organisés en dernière partie de séance**, les équipes constituées sont mixtes et équilibrées.** Les sports pratiqués ne font pas l’objet de compétitions avec d’autres clubs.

En cas de dommages causés par un membre à un autre membre, sans mise en cause de l’association, la responsabilité individuelle du membre pourra être recherchée.

SEANCES

Les activités proposées, principalement des sports collectifs (basket, hand-ball, football, hockey…) sont encadrées par **un animateur sportif diplômé.** Des découvertes de sports moins connus sont également proposées ponctuellement. Chaque séance est divisée en quatre parties : échauffement, exercices techniques, mini-matchs et étirements.

Les séances ont lieu le jeudi soir à Fresnay en Retz, en salle ou en extérieur selon la saison et les effectifs, **de 20h30 à 22h15.** Il est demandé à chacun de respecter ces horaires. En cas de force majeure (salle non praticable……) des séances pourront être annulées sans remboursement. Pour faciliter le déroulement des séances**, chaque membre s’engage à écouter et respecter les consignes de l’animateur sportif**. Des maillots sont mis à disposition pour les mini matchs, **les adhérents s’engageant à les laver à tour de rôle**.

ADHESION

Pour un déroulement optimum des séances, **le nombre maximum de membres est fixé à 45.**

INSCRIPTIONS

**Quand ?**

* Forum des associations de Bourgneuf en Retz le samedi 1 septembre 2017 de 10h00 à 13h00.
* Lors de l’assemblé générale du jeudi 6 septembre de 20h30 à 21h30 qui aura lieu dans le hall de la salle de sport de Fresnay en Retz.

**Comment ?**

 **3 documents à remettre en une seule fois :**

* **le coupon d’adhésion complété et signé**
* **un chèque de 60 euros libellé à l’ordre de « GDR  Multisports»**

*(Nous acceptons le**coupon sport ANCV.)*

* **Un certificat médical valide pour la saison 2017/2018 (moins de 3 ans) ou le questionnaire de santé rempli précisant que l’adulte peut pratiquer des sports loisirs variés.**