



FICHE D'INSCRIPTION RUN IN SÉNÉ 2026 - 2027

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Téléphone :

Email :

Date de naissance :

Pseudo Messenger :

Votre inscription :

- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné - **70 €** ⁽¹⁾
- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné (70 €) + Licence 2026-2027 FFA Athlé running loisir (63,50 €) ⁽²⁾. **Soit 133,50 €** (Tarif : Part FFA : 36 € - Part LBA : 15,1 € - Part CDA56 : 1,4 € - Prix de la licence : 63,5 €)
- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné (70 €) + Licence 2026-2027 FFA Athlé compétition (95,10 €) ⁽³⁾ **Soit 165,10 €** (Tarif : Part FFA : 36 € - Part LBA : 38,1 € - Part CDA56 : 20 € - Prix de la licence : 95,1 €)

Inscription Sport Adapté (personnes en situation de handicap mental et/ou psychique) :

- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné (35 €)
- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné (35 €) + Licence Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) Jeune (32 €)
Soit pour un jeune (jusqu'à 18 ans) : **67 €**. **Certificat obligatoire à transmettre**
- ☐ Adhésion à l'association Run in Séné (35 €) + Licence Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) Adulte (37 €)
Soit pour un adulte (à partir de 18 ans) : **72 €**. **Certificat obligatoire à transmettre**

→ **Pour tout renseignement nous contacter à contact@runinsene.com**

- ☐ Maillot Run in Séné - **32 €**. **Obligatoire pour les nouveaux adhérents**

Pièces à fournir :

- ☐ Certificat médical datant de moins de 3 mois à fournir avant octobre 2026

Règlement :

- ☐ par virement

IBAN : FR76 1600 6360 1100 8217 2392 244 BIC : AGRIFRPP860

- ☐ par chèque de€ à l'ordre de RUN IN SÉNÉ

- ☐ avec le pass sport de€

- ☐ J'autorise l'association Run In Sénégal à utiliser mon image pour promouvoir ses activités sur ses supports de communication (site internet, réseaux sociaux...)

- ☐ J'ai pris connaissance et j'accepte la charte du coureur·euse Run In Sénégal (règlement intérieur)

Inscription complète à remettre par mail à secretariat@runinsene.com

(1) Adhésion obligatoire - permet aux membres :

- d'accéder à la séance cross-training du mercredi soir 19h-20h
- d'accéder aux séances d'entraînement du lundi, mardi et jeudi 18h30-20h
- d'accéder aux groupes de discussion convivialité sur Messenger et WhatsApp
- de participer à l'ensemble des moments de convivialité (soirée de fin d'année, weekend du club...)
- de participer à la vie de l'association (conseil d'administration - bureau - commissions)

(2) Licence FFA Athlé running loisir **facultative**, permet :

- les bénéfices de l'adhésion obligatoire
- de bénéficier de la licence FFA running loisir
- de ne plus avoir à présenter de certificat médical pendant 3 ans. Il doit juste répondre à un questionnaire médical en ligne chaque année pour renouveler sa licence (par contre, au bout de 3 ans, le certificat médical est à renouveler)
- de bénéficier d'une fiche fédérale personnelle

(3) Licence FFA Athlé compétition **facultative**, permet :

- les bénéfices de l'adhésion obligatoire
- de bénéficier de la licence FFA Compétition
- de **participer aux courses et championnats officiels**
- de ne plus avoir à présenter de certificat médical pendant 3 ans. Il doit juste répondre à un questionnaire médical en ligne chaque année pour renouveler sa licence (par contre, au bout de 3 ans, le certificat médical est à renouveler)
- de bénéficier d'une fiche fédérale personnelle

La validation d'un PPS ne remplace pas un examen médical réalisé par un professionnel de la santé. Nous vous invitons à réaliser une visite annuelle chez votre médecin traitant.

CHARTRE DU COUREUR·EUSE RUN IN SÉNÉ

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Run In Sénégal, dénommée ci-après « RIS », est une association de type loi 1901 à but non lucratif gérée par des bénévoles. Son but est la promotion et la pratique de la course à pied, sous toutes ses formes en loisir. Le présent règlement intérieur a pour but de préciser les modalités de fonctionnement et de décrire les activités de l'association *Run in Sénégal* dans le respect de ces statuts. Ce règlement intérieur précise et complète les statuts de l'association. Il s'applique obligatoirement à l'ensemble des membres ainsi qu'à chaque nouvel adhérent. Il est remis à chaque adhérent. En cas d'ambiguïté ou de contradiction, les statuts s'appliquent par priorité sur le règlement intérieur.

Article 1er : Fonctionnement de l'association

Le Conseil d'Administration est l'organe décisionnel de l'association.

Il prend toutes les décisions nécessaires au bon fonctionnement de l'association, au déroulement des saisons, à l'entraînement sportif, aux activités extra-sportives et aux orientations générales. Le Bureau prend également toute décision utile pour veiller à l'image de l'association.

Article 2 : Adhésion à l'association

Pour participer aux activités de course à pied proposées par *RIS*, il est obligatoire d'adhérer à l'association. Pour devenir membre de *RIS*, il convient d'être âgé de 18 ans révolus. L'adhésion débute le 1er septembre et se termine le 31 août de l'année suivante. Elle ne sera effective qu'après paiement de la cotisation annuelle, remise de la fiche d'inscription dûment complétée et d'un certificat médical de « non contre-indication de la course à pied en compétition » de moins de 3 mois.

La date limite de dépôt des dossiers adhésions complets est fixé à fin octobre.

Le montant annuel de l'adhésion est décidé en assemblée générale. Celui-ci est indiqué sur le bulletin d'adhésion de l'année en cours. Pour les nouveaux adhérents, l'adhésion prendra effet pour la saison en cours, il n'y aura pas de prorata de cotisation. La cotisation versée à l'association est définitivement acquise et ne pourra faire l'objet d'aucun remboursement quelle qu'en soit la raison.

L'adhésion permet de bénéficier de cadeaux et de réductions chez notre partenaire TONTON OUTDOOR.

Toute personne désirant s'essayer à la pratique de la course à pied pourra, sur autorisation d'un des membres du bureau, participer à deux séances d'entraînement collectif sous sa propre responsabilité. Au-delà de ces 2 séances, la personne, qui souhaite poursuivre, devra adhérer à l'association aux conditions décrites ci-dessus.

Article 3 : Activités de l'association / Entraînements

L'activité principale de l'association est la pratique de la course à pied en mode loisir.

A ce titre, le *RIS* propose plusieurs entraînements dirigés en semaine.

La fréquence des entraînements, les jours et les horaires sont fixés par le Bureau.

A ce jour, les entraînements collectifs ont lieu le :

- Lundi : 18h30 séance à allure modérée de 1h15 en autogestion avec différents niveaux.
- Mardi et Jeudi : 18h30 séance fractionnée court ou long suivant le programme proposé.
- Mercredi : 19h -20h renforcement musculaire encadré par une professionnel

Pour les sorties nature, les adhérents devront respecter les règles du code de la route et veiller à respecter l'environnement en restant sur les sentiers autorisés et en gardant leurs déchets avec soi avant de les jeter dans une poubelle.

Pour les sorties se déroulant la nuit, les coureurs devront être équipés de gilet haute visibilité (ou de toutes autres tenues avec bandes réfléchissantes) et d'un éclairage visible adapté.

Les sorties autres que celles proposées par l'association ne sont pas assurées par le *RIS*. Elles seront sous l'entière responsabilité de l'adhérent. Le *RIS* ne pourra en aucun cas être responsable d'un quelconque incident ou accident survenu lors de ces sorties personnelles.

L'association organise également des sorties extra-sportives et diverses manifestations au titre de la convivialité. Elle organise également chaque année une à deux sorties "plogging". Les modalités de participation seront précisées au cas par cas.

A noter que les personnes qui encadrent les groupes sont des bénévoles et sont au même titre que les adhérents des adhérents eux-mêmes.

Article 4 : Obligations des Adhérents

Respecter les horaires et les points de rendez-vous suivant les saisons.

Respecter les emplacements de stationnement prévus.

Pour les séances de fractionnées : avoir connaissance de la séance du jour avec ses temps.

De s'autogérer sur les séances,

Il est demandé à tous les adhérents de l'association, de respecter les installations et le matériel mis à leur disposition, de s'engager à respecter les statuts et le règlement intérieur de l'association et des établissements fréquentés au cours des activités du *RIS* tout au long de la saison et de participer à la recherche de partenaires.

L'adhésion à l'association implique de contribuer au fonctionnement du *RIS* en participant à l'assemblée générale, l'organisation de la course du *RIS* fin août et aux autres manifestations (forum des associations, galette des rois, etc...).

Chaque adhérent est un ambassadeur de l'association notamment lors des compétitions où, à chaque fois que les conditions le permettent, il essaiera de porter la tenue de l'association.

L'association attache beaucoup d'importance au bien vivre ensemble ce qui induit de la part de tous ces adhérents le respect mutuel, l'acceptation de la pluralité des opinions, des interactions dans l'ouverture et la coopération, des relations bienveillantes, ainsi que le refus d'ignorer ou de nuire.

Article 5 : Droit à l'image

Chaque adhérent autorise l'association, ainsi que les ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître dans le but de promouvoir le *RIS*.

Article 6 : Assurance

L'association a souscrit un contrat assurant les adhérents pour ce qui concerne la garantie Responsabilité Civile.

Tout adhérent a la possibilité de souscrire à une assurance complémentaire (Individuelle Accident).

Article 7 : Modifications

Le présent règlement pourra être modifié à l'initiative du Conseil d'Administration qui le fait approuver lors de l'Assemblée Générale Ordinaire. Toute modification, suppression ou ajout d'article dans le présent règlement, sera ensuite porté à la connaissance de chaque adhérent.

Le Président