



INSTRUCTIONS ADHESION 2026-2027

Le dossier adhérent COMPLET, doit être remis en main propre au bénévole de la section concernée avant **le 25 Septembre 2026** impérativement.

Il doit comprendre l'ENSEMBLE des éléments suivants (**les dossiers incomplets ne seront pas acceptés**).

Pour chaque adhérent de la même famille :

- ☐ Fiche d'Inscription Individuelle dûment remplie ainsi que la feuille de cotisation
- ☐ Pass Sport (aide du gouvernement, acceptée pour la GR, affiliation à une fédération obligatoire)
- ☐ **Pour tous les adhérents**, le questionnaire de santé dûment rempli.
Pluriel recommande l'obtention d'un nouveau certificat médical si vous n'avez pas pratiqué de sport ces derniers mois. (GR compétition un certificat médical sera exigé).
- ☐ Photo d'identité (uniquement pour les adhérents à la section GR compétition)
- ☐ **Pour les adhérents bénéficiant d'une aide CCAS, présenter OBLIGATOIREMENT l'attestation de Quotient Familial en cours de validité au moment de l'inscription** (nous devons remplir un cadre de ce document pour que vous puissiez bénéficier de la participation). **Aucune réduction CCAS ne pourra être acceptée après le 25 Septembre 2026.**
- ☐ Votre règlement par chèque(s) - **jusqu'à 3 chèques** d'un montant équivalent - à l'ordre d'ASSOCIATION PLURIEL

CONTACTS ASSOCIATION PLURIEL

Adresse Association PLURIEL Mairie BP 50 91470 LIMOURS	Composition du bureau Présidente : Gwenaëlle PARIS Vice Présidente: Virginie GOMES Trésorier : Maguy DE SOUSA Secrétaire : Pauline LORIN
--	---

Vos contacts par activité

BADMINTON	Fabien	06 78 19 63 84 pluriel.bad.limours@gmail.com
DANSE MODERN JAZZ	Céline	association.pluriel@gmail.com
G.R.	Sophie	06 33 31 96 99 grpluriellimours@gmail.com
GYM ADULTE	Maguy	06 74 76 86 02 pluriel.limours@gmail.com

Tableau des renseignements, lieu et tarifs des activités de Pluriel

Tableau des renseignements, lieu et tarifs des activités de Pluriel								
Activités		Renseignements				Lieux	Tarifs 2025/2026	
Sections	Cours	Durée	Jours	Début	Fin		Limourien(ne)s (€)	Tarifs Autres (€)
BADMINTON	Enfants/Ados	1h30	Lundi et Jeudi	17h30	19h00	Nautilus	115 €	125 €
	Adultes		Lundi	19h	22h15		85 €	95 €
			Jeudi	19h	20h45		85 €	95 €
GYM ADULTES	Cours 1 - Fitness	1h	Lundi	21h30	22h30	Halle des Sports	180 €	190 €
	Cours 2 - Gym douce	1h	Mercredi	18h	19h	Bains Douches	180 €	190 €
G.R	G.R Loisir enfants de 4 à 5 ans	1h	Lundi	17h30	18h30	Halle des Sports	170 €	180 €
	G.R Loisir enfants de 6 à 8 ans	1h		17h30	18h30		170 €	180 €
	G.R Loisir 9 ans et +	1h30		18h30	20h00		223 €	233 €
	G.R Compétition enfants à partir de 4 à 5 ans	1h30		18h30	20h00		223 €	233 €
	G.R Compétition enfants à partir de 8 ans	2h	Vendredi	17h30	19h30		285 €	295 €
DANSE MODERN-JAZZ	Concours Ados 2*	1h15	Lundi	20h15	21h30	Halle des Sports	Renseignements à l'inscription	Renseignements à l'inscription
	Concours Ados 2b*	45mm		21h30	22h15			
	Renforcé Enfants	1h15	Jeudi	17h	18h15		185 €	195 €
	Cours Élémentaire	1h30		18h15	19h45		218 €	228 €
	Cours Moyen-Avancé	1h30		19h45	21h15		218 €	228 €
	Cours Préparatoire 2	1h30	Samedi	12h30	14h		218 €	228 €
	Concours Enfants	1h30		14h	15h30		218 €	228 €
	Cours Préparatoire 1	1h15		15h30	16h45		185 €	195 €
	Renforcé +13 ans	1h30	Samedi	16h45	18h15		218 €	228 €
	Concours Ados 1	45mm		18h15	19h		105 €	115 €



FICHE D'INSCRIPTION INDIVIDUELLE (Remplir une fiche par adhérent)

ADHERENT

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

ACTIVITE(S) CHOISIE(S) (pour chaque activité (sauf badminton), préciser le jour et l'heure)

- ADHERENT (si majeur)
- REPRESENTANT LEGAL (si adhérent mineur)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Tél fixe domicile :

Tél portable :

E-mail⁽¹⁾:

⁽¹⁾ Utilisée uniquement pour la communication interne sur les cours ou les événements de l'association

AUTORISATIONS

Je, soussigné(e),

PERSONNE A PREVENIR EN CAS D'URGENCE

Nom :

Prénom :

Tél fixe domicile :

Tél portable :

MEDECIN TRAITANT

Nom :

Tél :

- **J'autorise / Je n'autorise pas *** l'association Pluriel à prendre toutes les dispositions nécessaires **en cas d'urgence** (soins divers, appel des secours, hospitalisation...) sous réserve d'être informé(e) dans les plus brefs délais.
- **J'autorise / Je n'autorise pas *** l'association Pluriel à utiliser **des photos/vidéos** des manifestations publiques auxquelles l'adhérent participe (gala, concours, tournois...) et sur lesquelles l'adhérent apparaît reconnaissable, sachant que ces photos/vidéos sont susceptibles d'être publiées sur le site de l'association, de la ville ou dans le bulletin municipal (Limours Magazine) à des fins de promotion de l'association.
- Si l'adhérent est mineur, **J'autorise / Je n'autorise pas *** à ce qu'il quitte seul le lieu du cours à la fin de son activité.
- Je soussigné reconnais avoir lu et accepté le règlement intérieur.

(*) Barrer la mention inutile

Date :

Signature de l'Adhérent ou Représentant légal

ADHERENT

Nom : Prénom :

Signature



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 ?	☐	☐
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 ?	☐	☐
<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. 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.

RÈGLEMENT INTÉRIEUR DE L'ASSOCIATION PLURIEL

Article 1 : Adhésion

Pour avoir le titre d'adhérent et être admis aux cours, le dossier d'inscription doit être complet.

Toute somme versée est acquise à l'Association, aucun remboursement ne sera effectué, sauf cas de force majeure. Dans ce cas, seul le bureau peut statuer.

Article 2 : Planning des cours

Les jours et heures de cours sont établis chaque année par le bureau en accord avec les professeurs et entraîneurs.

Les dates et horaires des cours sont fixés exclusivement par l'Association en fonction des salles mises à disposition par la municipalité.

L'accès au cours est fonction de l'âge et du niveau des adhérents.

Article 3 : Comportement

Nous attendons de chacun un comportement empreint de politesse et respect mutuel, tant lors des cours que lors des spectacles.

Un adhérent dont le comportement serait fort déplacé pourrait être exclu des cours, de façon temporaire ou définitive sur décision du Bureau, ceci sans remboursement de la cotisation.

Toute dégradation volontaire d'équipement appartenant à l'Association sera facturée à l'adhérent.

Article 4 : Assiduité

Les adhérents sont tenus d'assister aux cours de façon régulière. Toute absence devra être signifiée à l'entraîneur, au professeur ou au bénévole en charge du cours.

Si le professeur constatait, pour un adhérent mineur, des absences répétées et injustifiées, il en informerait le Bureau, lequel préviendrait le plus rapidement possible les parents.

Article 5 : Ponctualité

Les adhérents sont tenus de se présenter à leur cours 5 minutes avant le commencement de celui-ci. Les parents d'adhérents mineurs doivent s'assurer de la présence du professeur ou de l'entraîneur avant de déposer leur enfant et sont tenus de le récupérer aux heures indiquées.

Pour le bon déroulement des cours en salle, les parents sont priés d'attendre leurs enfants à l'extérieur de la salle, sauf autorisation spéciale du professeur.

Article 6 : Participation aux spectacles

Les chorégraphies des spectacles sont conçues en fonction du nombre de participants.

L'absence répétée aux cours peut perturber l'apprentissage de la chorégraphie et l'organisation du groupe et peuvent entraîner la non-participation au spectacle sur décision du professeur.

Article 7 : Absence du professeur, de l'entraîneur

L'absence imprévisible d'un professeur ou d'un entraîneur peut entraîner le report ou la suppression du cours. Le bureau fera le maximum pour informer les participants, mais n'assurera en aucun cas la garde des enfants.

Article 8 : Tenues

Une tenue vestimentaire correcte et adaptée à l'activité est obligatoire.

Pour la GRS, afin d'éviter toute perte ou échange, la tenue des jeunes adhérents devra être marquée à son nom. Chaque participant GRS doit obligatoirement revêtir la tenue du club pour pouvoir concourir.

Article 9 : Perte ou Vol

L'Association ne peut être tenue pour responsable de la perte ou du vol des effets personnels de ses membres.

Article 10 : Accident pendant le cours

En cas d'accident pendant le cours, le professeur ou l'entraîneur fera appel aux services de secours s'il le juge nécessaire.

Article 11 : Accès aux salles

Les adhérents ne doivent en aucune façon utiliser du matériel ou pénétrer dans les salles non accompagnés de l'entraîneur, du professeur ou d'un bénévole de l'association.

Article 12 : droit à l'image

Certains adhérents de l'Association seront amenés à participer à un ou plusieurs spectacles (spectacle de fin d'année de l'Association ou autres manifestations organisées ou co-organisées par l'Association). Sauf son avis contraire ou celui de son représentant légal, l'adhérent autorise la prise de vue et la diffusion de l'image sur laquelle il apparaît et ceci sur différents supports (écrit, électronique, audio-visuel).

Article 13 : Assen Total à payer =

Tout adhérent est membre de l'Association. A ce titre, il participe à l'Assemblée Générale, convoquée par mail. Tout membre mineur peut participer aux débats mais doit se faire représenter par un de ses parents ou tuteur pour voter.

