



STADE RENNAIS ATHLETISME

Cadets/Cadettes
Saison 2015 / 2016

Ce cadre de pratique s'adresse aux athlètes nés en **1999 et 2000**.
Catégorie **Cadets-Cadettes**.

ORGANISATION DU CLUB

Le STADE RENNAIS ATHLETISME est une association loi 1901.
Le Président du club est Jean-Charles GICQUEL.

L'adresse du club :

Stade Courtemanche

13, Rue Zacharie Roussin 35700 RENNES

Tél : 02.99.63.91.06

Notre adresse électronique est : contact@staderennaisathle.fr

Por : 06 01 92 76 20

RESPONSABILITE

Le Président de l'association est le responsable de toutes les activités.

La licence d'athlétisme permet d'acquérir, entre autre, une assurance pour tous les accidents qui peuvent survenir pendant les séances d'entraînement, les compétitions et les déplacements correspondants. Elle est obligatoire pour participer aux compétitions de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). Aucune licence ne peut être établie sans certificat médical datant de moins de trois mois.

Une séance d'entraînement à titre d'essai sera accordée aux nouveaux.

ADHESION - LICENCE – COTISATION

Pour établir une licence d'athlétisme, il faut :

- **la fiche d'inscription complétée et signée**
- **un certificat médical datant de moins de 3 mois**
- **la cotisation de 125 Euros pour l'année**

Aides financières :

Si vous êtes bénéficiaire de l'allocation de rentrée scolaire vous pouvez bénéficier de 40€ de réduction (Coupons Sport). Pour en bénéficier vous devez fournir au club une copie de l'attestation d'allocation de rentrée scolaire.

Le club est adhérent du dispositif « Carte Sortir ».

Vous pouvez également bénéficier d'une aide de la Région Bretagne par l'intermédiaire du chèque sport. Vous pouvez cliquer sur le lien suivant pour obtenir votre chèque sport d'une valeur de 15€ :

http://www.bretagne.bzh/jcms/prod_182931/fr/beneficiez-du-cheque-sport

Vous pouvez également avoir des aides auprès de vos employeurs. Au préalable, vous devez demander au club une attestation de cotisation.

EQUIPEMENT

Pour pratiquer il faut :

- Un survêtement
- Un short ou un cuissard
- Une paire de chaussures d'entraînement (training)
- Une paire de chaussures à pointes (organisation au club d'une bourse aux pointes en début de saison).

Il est possible de commander le survêtement du club (Veste=40€, Pantalon=30€ et l'ensemble est vendu 65€).

Le maillot du club est obligatoire pour participer aux compétitions. Son prix est de 20 Euros.

ENTRAINEMENT

L'entraînement reprend le **Lundi 7 Septembre 2015 à 18H30.**

Il y a plusieurs séances d'entraînement par semaine :

- le **lundi de 18h30 à 20h00.**
- le **mercredi de 18h30 à 20h00**
- le **vendredi de 18H30 à 20H00.**

Les entraînements se déroulent au Stade Courtemanche.

La régularité à l'entraînement est un facteur de progrès; aussi votre enfant est tenu d'assister aux séances et de prévenir en cas d'absence .

COMPETITIONS

La compétition est le but de la pratique au club. **Chaque athlète doit participer à au moins 3 compétitions au cours de la saison.**

Un calendrier des compétitions sera remis à chacun au cours du mois d'Octobre.

Les athlètes se doivent de participer à toutes les compétitions auxquelles ils sont convoqués.

Présence impérative lorsqu'il s'agit de compétition par équipe (Interclubs et challenge Equip'Athlé).

Une convocation sera systématiquement envoyée, par courriel, ou donnée en main propre 15 jours avant la compétition.

Dates importantes

Reprise de l'entraînement:

Lundi 7 Septembre 2015 avant l'entraînement.

Pour les inscriptions, une permanence aura lieu au stade de Courtemanche le :

→ Samedi 4 Juillet 2015 de 10h00 à 13h00.

→ Mercredi 2 Septembre 2015 de 14h00 à 20h00.

Il est également possible d'adresser par voie postale ou de déposer au bureau du club les dossiers d'inscription complets à partir du 1^{er} juillet 2015.

Le STADE RENNAIS ATHLETISME souhaite à ses jeunes athlètes une excellente saison sportive.