



FICHE D'INSCRIPTION

JUDO CLUB LA MURE
Maison des Associations et du Bénévolat
56, boulevard Dr Ricard
38350 La Mure

SAISON 2026-2027

judoclublamure@yahoo.fr
<http://www.judoclublamure38.com>

ADHÉRENT

NOM : _____	CEINTURE : _____
PRÉNOM : _____	LICENCE (cocher la case correspondante)
DATE DE NAISSANCE : __/__/____	<input type="checkbox"/> Première licence
SEXE : F <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Renouvellement : n° _____
ADRESSE : _____	

E-MAIL (obligatoire) : _____	
TEL (obligatoire) : _____	

PARENTS ou REPRÉSENTANTS LÉGAUX (pour les mineurs)

PARENT 1	PARENT 2
NOM : _____	NOM : _____
PRÉNOM : _____	PRÉNOM : _____
E-MAIL : _____	E-MAIL : _____
TEL : _____	TEL : _____

AIDES (cocher la ou les cases vous concernant et remplir les codes)

<input type="checkbox"/> PASS'SPORT (caf)	<input type="checkbox"/> TATTOO (collégien)	<input type="checkbox"/> PASS REGION (lycéen)	<input type="checkbox"/> Pass P'tit Murois
Code : _____	N° de carte : _____	N° de carte : _____ Code : _____	coupon à remettre au club

INFORMATIONS LÉGALES (cocher les cases correspondantes)

Je soussigné(e), _____

certifie avoir pris connaissance des extensions de garantie de la licence FFJDA.

certifie avoir pris connaissance du règlement intérieur du JUDO CLUB de LA MURE et m'engage à le respecter et à le faire respecter par mon enfant.

autorise les responsables du JUDO CLUB de LA MURE, en cas d'accident dans la pratique du sport, à prendre toute décision d'ordre médical, en lieu et place des représentants légaux, s'il leur est impossible de les joindre en temps voulu.

autorise le JUDO CLUB de LA MURE à diffuser des photos de mon enfant sur son site internet (www.judoclublamure38.com) et sur son compte Facebook (@judolamure) sans limitation dans le temps.

souhaite recevoir par mail une facture attestant de mon règlement

Date : __/__/____ Lieu : _____

Signature précédée de la mention « lu et approuvé » :

INFORMATIONS FINANCIERES

Types de règlement acceptés : CB, chèque, espèces, chèque vacances ANCV

Réductions :

- **Tatoo, Pass'Sport, PassRégion et Pass P'tit Murois :** merci de ne pas déduire votre avoir de votre cotisation (le club vous remboursera une fois qu'il aura lui-même reçu la subvention)
- **Famille :** -10€ pour chaque membre d'une même famille
- **Etudiant :** copie de la carte d'étudiant obligatoire

Paiement en plusieurs fois possible (5 max)

Aucun remboursement ne sera effectué après la semaine d'essai, sauf pour raison médicale ou en cas de déménagement (sur présentation d'un justificatif).

ZONE RÉSERVÉE AU CLUB

		LICENCE FFJDA	COTISATION	TOTAL
<input type="checkbox"/>	BABY JUDO (2021-2022)	46€	174€	220€
<input type="checkbox"/>	JUDO		184€	230€
<input type="checkbox"/>	TAISO		174€	220€
<input type="checkbox"/>	ÉTUDIANT CEINTURE NOIRE + 45 ans		84€	130€
<input type="checkbox"/>	Réduction famille (pour chaque membre d'une même famille)			- 10€
TOTAL A RÉGLER :				

RÈGLEMENT

CHÈQUE :					
ESPÈCES :		Reçu n°			
ANCV :					

TOUS AU JUDO !

CARTE DÉCOUVERTE

ESSAIE LE JUDO DANS UN CLUB PRÈS DE CHEZ TOI !



À REMPLIR PAR L'ENSEIGNANT DU CLUB

Nom du club : Représentant du club :
 N° d'affiliation :
 Adresse postale :
 N° téléphone : E-mail :

LES SÉANCES DÉCOUVERTES

Valable jusqu'au : Tampon / signature du club :
 Séances effectuées :

ASSURANCE

Cette séance d'initiation comprend une assurance responsabilité civile et accident corporel prise en charge par la FFJDA. Pour en bénéficier, merci de bien vouloir remplir et signer ce document et le remettre au représentant du club avant la séance.

SMACL Assurances - Société d'assurance mutuelle à cotisations fixes régie par le Code des assurances RCS Niort n°301309 605

• Avoir été informé de sa possibilité à souscrire personnellement des garanties d'assurance individuelle complémentaires.

LE SOUSSIGNÉ DÉCLARE :

• Avoir pris connaissance des garanties des contrats d'assurance souscrits par la fédération, auprès de la SMACL Assurances en partenariat avec Crédit Agricole Assurances (contrat n°262938/C), pour cette séance d'initiation telles qu'indiquées dans la notice qui lui a été remise*.

• Ne présenter aucune contre-indication médicale à la pratique du judo, du jujitsu, du kendo et des disciplines associées de la FFJDA.

*UN FORMULAIRE DE DEMANDE DE LICENCE VIERGE COMPRENANT LA NOTICE D'ASSURANCE DOIT ÊTRE REMIS À L'INVITÉ ET LU PAR LUI AVANT SIGNATURE.

POUR LES ENFANTS MINEURS

Ce document doit être rempli et signé par leur représentant légal.

Je soussigné(e) Madame Monsieur

Nom : _____ Prénom : _____

responsable légal de

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : _____ **autorise mon enfant à pratiquer/découvrir le judo**

Date : _____ Signature du responsable légal

Fait à : _____

POUR LES MAJEURS

Veuillez renseigner les informations demandées et signer ce document.

Je soussigné(e) Madame Monsieur

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : _____ N° de téléphone : _____

E-mail : _____

Date : _____ Signature du soussigné(e)

Fait à : _____

Numéro de licence renouvellement ou déjà licencié

Discipline

M MME Nom de naissance

Prénom

Nom marital (en cas de changement de situation)

Date de naissance : jour/mois/année

Adresse postale

Code postal

Commune

Adresse mail du licencié

Téléphone

Etes-vous porteur d'un handicap ?

OUI

NON

Couleur de la ceinture

 (BA)Blanche, (BJ)Blanche/Jaune, (JA)Jaune, (JO)Jaune/Orange,
 (Or)Orange, (OV)Orange/Verte, (VE)Verte, (BE)Bleu, (MA)Marron

Dojo

Date d'obtention de ceinture

A-B-C

 (à remplir
 par le club).

Les licenciés exercent une fonction telle qu'encadrant, dirigeant, arbitre commissaire sportif... **doivent se connecter à leur espace licencié** afin de renseigner les informations nécessaires notamment au **contrôle d'honorabilité**.

CERTIFICAT MÉDICAL

J'atteste être (ou que mon enfant est) titulaire d'un certificat médical ou d'une attestation (QS sport) valide établissant l'absence de contre-indication à la pratique : (à cocher pour valider)

du sport

 du sport en
 compétition

 licencié non pratiquant
 (exonéré de certificat médical)

 questionnaire QS sport (permet
 la pratique en compétition)*

(* Si le demandeur atteste avoir répondu "NON" à l'ensemble des rubriques du questionnaire de santé et hors première licence adulte et tous les 5 ans à partir de 30 ans inclus (30, 35, 40, 45...).

DONNEES PERSONNELLES (RGDP) : Les données à caractère personnel vous concernant sont indispensables à la gestion de votre licence par la FFJDA. A défaut, votre demande de licence ou renouvellement de licence ne pourra être prise en considération. La FFJDA vous informe de tout ce qu'elle fait avec les données personnelles sur son site internet (bas de page). Vous pouvez exercer vos droits (accès, effacement, portabilité, limitation - sauf rectification) par email à dpo@ffjudo.com. Vous pouvez en demander la rectification ou mise à jour auprès de votre club, directement sur votre espace licencié ou par email au service licences de la FFJDA à licences@ffjudo.com. Je souhaite recevoir des offres notamment commerciales de partenaires de la FFJDA : **OUI / NON** (vos données personnelles ne seront pas transmises à ces partenaires)

ASSURANCE : L'établissement de la présente licence permet à son titulaire de bénéficier de l'assurance Responsabilité Civile souscrite par la FFJDA auprès d'AXA IARD via Marsh France. Par ailleurs, la FFJDA lui donne la possibilité de bénéficier de l'assurance Accidents Corporels, souscrite auprès d'AXA IARD via Marsh France. Le soussigné déclare avoir pris connaissance et accepté l'ensemble de ces garanties telles qu'indiquées dans la notice d'information qui lui est remise ce jour. Le montant de l'assurance Accidents Corporels est de 2,20 € TTC.

L'adhésion à plusieurs disciplines fédérales n'entraîne pas le cumul de garanties d'assurances.

Le soussigné déclare avoir été informé, dans la notice d'assurance, des possibilités d'extensions optionnelles complémentaires aux garanties de base ou de toute autre garantie adaptée à sa situation qu'il peut avoir intérêt à souscrire personnellement auprès d'AXA via l'offre négocié par MARSH France (bulletin de souscription disponible auprès du club ou téléchargeable sur le site Internet de la FFJDA www.ffjudo.com ou en ligne <https://connexion.marsh.com/client/optionjudoIA>) ou de l'assureur de son choix.

ASSURANCES - Bénéficiaire en cas de décès durant la période d'indemnisation

▫ Mes parents (pour l'assuré mineur) ; à défaut, mon conjoint non divorcé ou non séparé de corps judiciairement, à défaut, mon partenaire avec lequel je suis lié par un pacte civil de solidarité, à défaut, à mon concubin notoire, à défaut, par parts égales entre eux, mes enfants nés ou naître et ceux de mon conjoint s'il en avait la charge, à défaut, par parts égales entre eux, mon père et ma mère, ou au survivant d'entre eux, à défaut, mes ayants droit selon la dévolution successorale.

▫ Autres bénéficiaires. Précisez noms, prénoms, dates de naissance :

REFUS D'ASSURANCE : Si le soussigné refuse de souscrire à l'assurance Accidents Corporels proposée par la FFJDA et non obligatoire, il reconnaît avoir été informé des risques encourus par la pratique du Judo et D.A. pouvant porter atteinte à son intégrité physique Il ne réglera pas la somme de 2,20 € TTC avec la licence.

Date :

SIGNATURE POUR REFUSER L'ASSURANCE ACCIDENTS CORPORELS PROPOSEE PAR LA FFJDA

La licence est obligatoire avant le 1er septembre 2026 pour les trois dirigeants du club ou de la section (Président, Secrétaire Général et Trésorier) et doit faire partie du 1er envoi, afin de permettre au club de bénéficier des garanties de responsabilité civile et de protection juridique. Attention : ce document précise au dos les garanties complémentaires qui peuvent être souscrites auprès de MARSH.

Les notices d'assurance sont téléchargeables sur le lien suivant : <http://www.ffjudo.com/assurances>.

Tout titulaire d'une licence fédérale s'engage à respecter les statuts et règlements de la FFJDA (recueil des Textes Officiels disponible auprès du club et sur www.ffjudo.com)

Représentant(e) légal(e) : (nom et qualité)

« Lu et Approuvé » Date et signature obligatoires

EXTRAIT DU CONTRAT D'ASSURANCE commun avec ma demande de licence FRANCE JUDO

2026/2027 L'ASSURANCE RESPONSABILITE CIVILE souscrite par la FFJDA, auprès d'AXA IARD Assurances via MARSH France (contrat N° 11383119004) est incluse dans le prix de la licence. Sont garanties les conséquences pécuniaires de la responsabilité que tout licencié peut encourir en raison des dommages corporels, matériels et immatériels causés à autrui dans le cadre des activités fédérales garanties. Pour connaître le détail de ces garanties, se reporter au site <http://www.ffjudo.com/ffj/La-federation/Assurance>.

L'ASSURANCE ACCIDENTS CORPORELS souscrite par la FFJDA, , auprès d'AXA IARD Assurances via MARSH France (contrat N° 22351748104) protège ses licenciés en cas de dommages corporels auxquels la pratique sportive peut les exposer. (Cotisation due au titre des garanties de base visées ci-après : 2,20 € TTC)

Assuré : le(s) Titulaires d'une licence de la Fédération Française de Judo, Jujitsu, Kendo et Disciplines associées ou de la Confédération Française de Jiu-Jitsu brésilien, y compris les arbitres

Ce contrat comporte des exclusions consultables sur la notice assurance accessible sur la page assurance du site de la fédération (ffjudo.com/assurances)

DÉCÈS

Licenciés, collaborateurs bénévoles, pratiquants occasionnels non licenciés et pratiquants non licenciés participant à l'opération « JUDO VACANCES », aux cours d'essais dispensés en péri et post scolaire et au dispositif de séances découverte « Deviens judoka » ou « Deviens jujiteiro »	Dirigeants, cadres techniques, conseillers techniques fédéraux et chargés de missions fédérales, arbitres et commissaires sportifs et les enseignants	Sportifs de haut niveau et dirigeants du comité exécutif de la FFJDA
Jusqu'à 16 ans révolus : capital de 15.000€ À partir de 17 ans : capital de 50.000€	Capital de 70.000€	Capital de 150.000€

Un capital supplémentaire par enfant à charge : 10% du capital décès

FRAIS D'OBSÈQUES : Indemnité limitée au remboursement, sur justificatifs, des frais d'obsèques et dans la limite de 1.500€

INVALIDITE

Licenciés	Dirigeants, cadres techniques, conseillers techniques fédéraux et chargés de missions fédérales, arbitres et commissaires sportifs et les enseignants	Sportifs de haut niveau et dirigeants du comité exécutif de la FFJDA	Collaborateurs bénévoles, pratiquants occasionnels non licenciés et autres*
Franchise : < 6% Taux d'invalidité entre 6% et 59% : 70.000€ x taux d'IP Taux d'invalidité de 60% : capital forfaitaire de 70.000€	Franchise : < 6% Taux d'invalidité entre 6% et 59% : 100.000€ x taux d'IP Taux d'invalidité de 60% : capital forfaitaire de 100.000€	Franchise : < 6% Taux d'invalidité entre 6% et 59% : 300.000€ x taux d'IP Taux d'invalidité de 60% : capital forfaitaire de 300.000€	Franchise : < 6% Taux d'invalidité entre 6% et 59% : 70.000€ x taux d'IP Taux d'invalidité ≥ 60% : capital forfaitaire de 70.000€

ACCIDENT CORPOREL GRAVE

Invalidité égale ou supérieure à 61%

Licenciés	Dirigeants, cadres techniques, conseillers techniques fédéraux et chargés de missions fédérales, arbitres et commissaires sportifs et les enseignants	Sportifs de haut niveau et dirigeants du comité exécutif de la FFJDA
1.070.000€ x taux d'IP	1.100.000€ x taux d'IP	1.300.000€ x taux d'IP

Après expertise du médecin-conseil de l'Assureur :

- Remboursement des frais immédiats et aide aux proches par le biais du dispositif Albatros : dans la limite d'un montant de 15.000 € et d'une période de 6 mois à compter de la date de l'accident.
- Versement d'un capital immédiat de **70.000 € ou 100.000 €** avant consolidation et après expertise du médecin-conseil de l'Assureur sur l'évaluation du taux d'invalidité de l'Assuré.
- Services d'accompagnement à l'Assuré et ses proches proposés par le dispositif Albatros.

INCAPACITE TEMPORAIRE TOTALE

Dirigeants, Sportifs de haut niveau, dirigeants du comité exécutif et arbitres du niveau national	Enseignants (ne relevant pas de la CCN du Sport)
Indemnités journalières : 70€ / jour Indemnité versée à compter du 16e jour (4e jour en cas d'hospitalisation) suivant la date de l'accident et pendant un maximum de 365 jours	Indemnités journalières : 45€ / jour Indemnité versée à compter du 16e jour (4e jour en cas d'hospitalisation) suivant la date de l'accident et pendant un maximum de 365 jours

DEPENSES DE SANTE

Licenciés (y compris arbitres), dirigeants, sportifs de haut niveau, cadres techniques, conseillers techniques fédéraux et chargés de missions fédérales et enseignants bénévoles

Collaborateurs bénévoles, pratiquants occasionnels non licenciés et autres*

Dans la limite de **3.000€** par accident :

- Les frais de médecine, chirurgie, pharmacie, hospitalisation (y compris forfait journalier hospitalier), rééducation, prothèses, soins d'optique, soins dentaires, soins rendus nécessaires par l'accident jusqu'à la date de consolidation des blessures
- Garantie étendue : - au dépassement d'honoraires - à la majoration pour chambre particulière (hors suppléments de confort : télévision, téléphone, internet, etc) - aux frais liés à l'hébergement d'un parent accompagnant un mineur (nuitées et frais kilométriques) - aux frais de transport pour se rendre aux soins prescrits - aux frais de transport des victimes : domicile - lieu de travail / scolarité - aux frais d'ostéopathie

Dans la limite de **200%** de la base de remboursement de la Sécurité sociale :

- frais de médecine, chirurgie, pharmacie, hospitalisation (y compris forfait journalier hospitalier), rééducation, prothèses, soins d'optique, soins dentaires, soins rendus nécessaires par l'accident jusqu'à la date de consolidation des blessures

LICENCIES ET SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

SOUTIEN SCOLAIRE ET UNIVERSITAIRE

Dans la limite de 1.600€. Franchise : 15 jours d'arrêt consécutifs

ASSISTANCE PSYCHOLOGIQUE

Remboursement du montant des consultations auprès d'un psychologue dans la limite de 2.500€ en cas de :

- décès
- invalidité permanente égale ou supérieure à 61%

*Les pratiquants non licenciés participant à l'opération « JUDO VACANCES », aux cours d'essais dispensés en péri et post scolaire et au dispositif de séances découverte « Deviens judoka » ou « Deviens jujiteiro »

OPTIONS COMPLÉMENTAIRES : Soucieuse de la protection des licenciés et consciente du devoir d'information que la loi fait peser sur elle, la FFJDAa souscrit auprès d'AXA IARD Assurances via MARSH (contrat N° 22351748104), des garanties complémentaires permettant de bénéficier, au-delà du régime de base attaché à la licence :

- D'un capital "Décès" ;
- D'un capital "Invalidité" ;
- D'indemnités journalières en cas d'incapacité temporaire totale.

Le licencié qui souhaite souscrire ces garanties optionnelles devra se connecter à l'adresse suivante : <https://connexion.marsh.com/client/optionjudo> ou remplir le formulaire téléchargeable sur le site Internet de la FFJDA (www.ffjudo.com) et le renvoyer par mail à MARSH FRANCE (assurances.judo@marsh.com) en prenant soin d'effectuer un virement à MARSH France du montant de la formule retenue.

L'ASSISTANCE (souscrite par la FFJDA, auprès de Mutuaide via MARSH France N°10308), prévoit notamment :

- Rapatriement sanitaire
- Visite proche si hospitalisation + 7 jours
- Prolongation de séjour
- Poursuite du voyage
- Frais médicaux et d'hospitalisation
- Recherche et envoi de médicaments et prothèses
- Frais de recherche et de secours
- Rapatriement de corps
- Formalités décès
- Retour anticipé en cas d'hospitalisation ou décès d'un proche
- Rapatriement des accompagnants
- Remplacement d'un accompagnateur
- Retour anticipé suite sinistre majeur dans la résidence principale
- Accompagnement d'une personne handicapé et des enfants de - 18 ans
- Vol, perte ou destruction de documents
- Rapatriement des animaux, bagages à main et accessoires
- Acheminement de matériel indisponible sur place suite vol ou dommages
- Frais de télécommunication à l'étranger
- Soutien psychologique
- Avance de fond
- Caution pénale
- Soutien scolaire, conseils médicaux, Renseignements pratiques, assistance linguistique, Messages urgents

Le service d'assistance est joignable 24h/24au N° Vert 01 48 82 62 21 (appel gratuit depuis un poste fixe)

Pour tous renseignements ou déclaration de sinistre, contactez : MARSH France Tel. : 01 87 21 27 87 / Mail renseignement : assurances.judo@marsh.com/
Mail déclaration sinistre : sinistres.ars@marsh.com ou en ligne : Mail.declaration.sinistre:sinistres.ars@marsh.com ou en ligne :

Ce document n'a pas de valeur contractuelle. Il n'est qu'informatif et ne remplace pas les dispositions prévues au contrat par la Fédération Française de Judo, Jujitsu, Kendo et disciplines associées. (Notices d'information téléchargeables sur le site Internet de la FFJDA www.ffjudo.com).

En cas de réclamation :

Le paragraphe ci-dessous précise les modalités d'examen des réclamations et le recours possible à la Médiation de l'assurance. Comment adresser votre réclamation ? Dans tous les cas, vous devez formaliser par écrit votre réclamation afin que nous puissions répondre au mieux à votre insatisfaction, et l'adresser : A votre interlocuteur AXA habituel (ses coordonnées sont indiquées sur vos courriers et sur votre Espace Client en ligne) ou au service clients avec lequel vous êtes en relation, ou, à tout moment, au Service Réclamations en fonction de la nature du litige :

Pour les garanties d'assurance

-via le formulaire de contact sur www.axa.fr ou en ligne depuis votre Espace Client AXA ou par courrier, à l'adresse suivante :
-AXA France – Service Réclamations – TSA 46 307 – 95901 Cergy-Pontoise Cedex 9

Nos engagements :

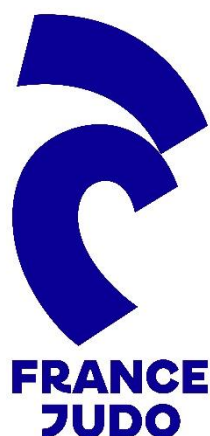
Un accusé de réception vous sera adressé dans un délai maximum de dix jours. Votre situation sera étudiée avec le plus grand soin et une réponse argumentée vous sera adressée dans un délai maximum de soixante jours.

La saisine du médiateur

Vous pouvez saisir le Médiateur de l'assurance : deux mois après votre première réclamation écrite, que vous ayez reçu une réponse ou non de notre part et, en tout état de cause, dans un délai maximum d'un an à compter de la date de votre première réclamation écrite.

Cette saisine peut se faire : par voie électronique sur le site mediation-assurance.org ou par courrier, à l'adresse suivante : Le médiateur de l'Assurance - TSA 50110 - 75441 Paris Cedex 08.

L'intervention du Médiateur est gratuite. Le Médiateur formulera une proposition de solution dans un délai de 3 mois à réception de votre dossier complet. Les deux parties, vous-même et AXA, restent libres de suivre ou non la proposition du Médiateur. Vous conservez à tout moment la possibilité de saisir le tribunal compétent.



**PRISE DE LICENCE
MINEURS**

**ATTESTATION
QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR**

*Je soussigné M/Mme [Prénom NOM]..... ,
en ma qualité de représentant légal de [Prénom NOM] ,
atteste qu'il/elle a renseigné le questionnaire RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR
(arrêté du 7 mai 2021) et a répondu par la négative à l'ensemble des rubriques.*

Date et signature du représentant légal.

QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR



En vue de l'obtention, du renouvellement d'une licence d'une fédération sportive ou de l'inscription à une compétition sportive autorisée par une fédération agréée, hors disciplines, à contraintes particulières.

Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux garder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.					
Tu es : <input type="checkbox"/> une fille <input type="checkbox"/> un garçon			OUI	NON	
Ton âge : <input type="text"/> ans			OUI	NON	
L'année	Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?				
	As-tu été opéré(e) ?				
	As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?				
	As-tu beaucoup maigri ou grossi ?				
	As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?				
	As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?				
	As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?				
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?				
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?				
	As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?				
	As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?				
	As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?				
Ces 2 dernières semaines	Te sens-tu très fatigué(e) ?				
	As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?				
	Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?				
	Te sens-tu triste ou inquiet ?				
	Pleures-tu plus souvent ?				
	Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?				
Aujourd'hui	Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?				
	Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?				
	Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?				
À faire remplir par les parents					
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?					
Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?					
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)					

Si tu as répondu **OUI** à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.



JUDO CLUB DE LA MURE

REGLEMENT INTERIEUR

Article 1 : L'adhésion

L'adhésion au club signifie l'acceptation du présent règlement. Elle a lieu de préférence en début de saison, mais peut se faire également en cours d'année.

Tout adhérent doit déposer un dossier complet pour pratiquer son activité.

Afin de valider sa licence sportive et son inscription au JUDO CLUB LA MURE, tout adhérent doit fournir selon le cas (mineur ou majeur, nouvelle licence ou renouvellement) un certificat médical de moins d'1 an ou une attestation (après avoir répondu au questionnaire santé).

Tout adhérent n'ayant fourni ni attestation ni certificat médical confirmant ses aptitudes physiques à la pratique du judo, jiu-jitsu ou taïso se verra refusé l'accès sur le tatami.

Pour pratiquer le judo en compétition, vous devez obligatoirement être à jour et faire MENTIONNER sur le PASSEPORT ou sur le CERTICAT MEDICAL la mention :

« APTÉ A LA COMPETITION ».

Article 2 : La cotisation

La cotisation est réglée à l'inscription. Elle comprend le prix de la licence, l'assurance et les frais de fonctionnement du club (professeur, déplacements, animations...). Elle peut être réglée par un, deux, trois, quatre ou cinq chèques, datés du jour de l'inscription, qui seront déposés par le trésorier au début de chaque mois. Le 1^{er} chèque de cotisation sera débité immédiatement pour le paiement de la licence à la Fédération Française de Judo.

Elle n'est pas divisible au prorata du nombre d'entraînements ou de périodes effectuées.

Article 3 : L'équipement

Chaque judoka doit être muni d'un judogi et d'une paire de zooris, (tongs ou chaussons). Ils sont obligatoires pour se rendre des vestiaires aux tatamis et des tatamis aux vestiaires, une bouteille d'eau est recommandée.

En aucun cas les judokas ne marcheront à l'extérieur du gymnase avec l'équipement réservé à la pratique du judo. Les adhérents arrivent et repartent en civil et doivent passer par les vestiaires pour se changer.

Article 4 : Règles de bienséance

- La ponctualité est de rigueur : votre retard perturbe le cours. Arrivez 5 mn avant le cours.

- Le judoka salue le « shinzen » (le tatami) en montant et descendant du tatami.

- Le judoka travaille dans le calme, sans excitation.

- Le judoka demande la permission à son professeur pour quitter le tatami.

- Le professeur se réserve le droit, s'il juge nécessaire, d'exclure un élève si celui-ci perturbe le cours ou fait état de mauvais esprit ou mauvaise volonté.

- **Les parents sont responsables de leurs enfants** jusqu'à leur montée sur le tatami et à partir de leur sortie.

Malgré la surveillance des membres du club ou du gardien du gymnase, tout incident ou accident, vol ou dégât matériel hors du cours, est du ressort de la responsabilité civile des parents.

- Il n'y a pas d'entraînement pendant les vacances scolaires, mais des stages sont mis en place.

- Le **port du Tee-shirt (blanc)** sous la veste est obligatoire pour les **judokas féminines** et interdit pour les judokas masculins.

- Pour que les cours puissent se dérouler dans le calme et la sérénité, la présence des parents ou autres membres de la famille n'est pas autorisée pendant les cours de judo. Les judokas arrivant pour le cours suivant doivent être silencieux dans les vestiaires pour ne pas perturber la fin du cours précédent et de même pour les cours suivants. Les parents doivent s'assurer de la présence du professeur avant le début des cours.

Article 5 : L'hygiène

L'hygiène corporelle est indispensable lors du déroulement de l'entraînement. Les judokas montent sur le tatami avec les pieds propres (port de zooris à l'extérieur), les ongles des pieds et des mains coupés. (cf. Article 3)

En cas de verrue plantaire le judoka doit mettre une chaussette au pied infecté pour éviter de contaminer ses partenaires sportifs.

Le **judogi** doit être propre, **un lavage hebdomadaire** est fortement conseillé.

Les **filles aux cheveux longs** doivent les attacher avec un **élastique** ne comportant pas de partie dure ou métallique.

Tous **les bijoux sont interdits** sur le tatami (montre, bracelets, boucles d'oreilles, piercing, bagues etc...)

Merci de votre compréhension.

Le Judo Club de la MURE

Coordonnées du JUDO CLUB DE LA MURE

Maison des Associations et du Bénévolat
56 Boulevard du Docteur RICARD
38350 LA MURE

Tel :07.82.48.24.34

ADRESSE MAIL : judoclublamure@yahoo.fr

SITE INTERNET : judoclublamure38.com

Facebook : judo club de la mure