



REGLEMENT INTERIEUR DU CLUB MARCHÉ NORDIQUE 37 (AFFILIE FFRP N°06262) **SEPTEMBRE 2024**

Ce règlement est établi, dans l'intérêt de chacun, afin de faciliter le bon fonctionnement du club

La Cotisation au club Marche Nordique 37 comprend :

- La Licence FFRP (si vous la prenez dans notre Club) : son montant est fixé chaque année par la Fédération Française de Randonnée.
- L'adhésion au Club MN 37 : son montant est voté lors de l'Assemblée Générale du club.
- Le montant total est réglé lors de l'inscription en début de saison et couvre la période du 1^{er} septembre au 31 août de l'année suivante.
- Le même montant sera demandé pour toute inscription effectuée durant la saison en cours.
- Aucun remboursement ne pourra être effectué en cours d'année pour quelle que raison que ce soit.

• Votre bulletin d'adhésion devra nous être retourné avant le 30 septembre accompagné de :

- 1) Votre [règlement par chèque](#), à l'ordre de « Marche Nordique 37 » ou du [justificatif de règlement](#) que HelloAsso vous a adressé lors de votre paiement en ligne
- 2) Votre [certificat médical](#) de « non contre-indication à la pratique de la Marche Nordique » :
 - ✓ Pour toute nouvelle adhésion
 - ✓ Pour les années suivantes, remplir l'auto-questionnaire de santé joint à l'envoi que vous conservez. Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, consulter votre médecin. *Si vous avez répondu NON à toutes les questions, fournir l'attestation santé jointe à l'envoi des documents, remplie et signée.*
- 3) La copie [de votre licence FFRP](#) (si vous l'avez déjà obtenue par ailleurs).

IMPORTANT : toute personne n'ayant pas fourni son certificat médical de « non contre-indication à la pratique de la marche nordique » lors de sa 1^{ère} inscription ou **après un problème de santé**, pourra se voir refuser la participation aux séances de marche nordique.

- **Le calendrier des séances de marche**, établi avec les animateurs est en ligne sur le site "[marchenordique37](#)".
- **L'horaire de départ** : toujours prévu à 9h30 les mercredis et samedis
En cas de changement ponctuel celui-ci sera précisé sur le calendrier du mois concerné.
Pour les séances du jeudi : voir l'horaire sur le calendrier.
- **Annulation en cas de mauvais temps** : les animateurs, chargés de la séance, peuvent juger utile d'annuler la sortie. Dans ce cas **un message sera mis sur le site 1 heure avant le départ au plus tard.**

- **Lors de chaque séance de marche nordique** : chaque adhérent doit impérativement être équipé de chaussures et bâtons adaptés à la Marche Nordique (à sa charge). Seules les personnes participant à une initiation peuvent bénéficier de prêt de bâtons.
- **Lors des séances nocturnes** : la lampe frontale est obligatoire et à la charge de l'adhérent.
- **Chacun doit avoir dans son sac à dos** :
 - Le minimum pour les premiers soins en cas de blessures.
 - Les médicaments dont il pourrait éventuellement avoir besoin.
 - Une bouteille d'eau pour s'hydrater régulièrement en toute saison.
- **Lors d'une séance**, toute personne s'écartant de l'itinéraire prévu, ou abandonnant le groupe le fera sous son entière responsabilité. Elle sera alors considérée comme ne faisant plus partie de la séance. Par cette action, elle abandonne tout recours possible (par elle-même ou ses ayant droits) envers le club **Marche Nordique 37**
- **En cas d'urgence** : Il est souhaitable que chacun ait dans son portable sur sa page d'accueil, ou écrit sur un document visible dans son sac à dos, le numéro de téléphone de la personne à contacter en cas d'urgence, utilisable par les ambulanciers, la police, les pompiers ou les premiers secours.
- **Le tutoiement et la bonne humeur sont fortement conseillés.**

Nous comptons sur votre présence et vos suggestions pour faire évoluer notre club.

Nous vous souhaitons, à tous, une belle saison de marche nordique à nos côtés.