

PENTATHLON MODERNE POLE JEUNES MONTPARNASSE BRETEUIL

*Test de natation OBLIGATOIRE pour toute nouvelle inscription (sauf baby penta, laser run)

BABY PENTA (2014-17)

Mercredi

- Éveil athlétique + initiation tir - escrime
Gymnase Masseran . 13h30 – 15h00

PENTA DÉCOUVERTE (2012-13)

* 1 séance de natation

Lundi -Vendredi

- Natation* > Mourlon 17h00 - 18h00

Mercredi

- Éveil athlétique + initiation tir - escrime
Gymnase Masseran... 13h30 – 15h00

Samedi

- Course > Breteuil 15h15 – 16h15
- Natation* > Piscine Eblé 18h00 – 19h00

ÉCOLE et PERFECTIONNEMENT (2011 et avant)

*1 séance de natation et de tir pour le groupe école, 2 pour le groupe perfectionnement

Lundi

- Tir > Éblé (Créneaux de 30') 16h00 – 18h00

Mardi

- Natation* > Massard 18h45 - 19h30
- Natation* > Massard 19h30 - 20h30 (confirmés)

Mercredi

- Course > Breteuil (à confirmer) 15h00 – 16h00
- Course > E. Anthoine 15h30 – 16h30
- Course - Tir > E. Anthoine 16h30 – 17h30

Jedi

- Tir > salle E. Anthoine 16h30 – 18h00

Samedi

Groupe des jeunes

- Tir > Éblé 14h00 – 15h00
- Course > Breteuil 15h15 – 16h15
- Escrime > Eblé 16h30 – 17h30
- Natation* > Piscine Eblé 18h00 – 19h00

Groupe des grands ou confirmés

- Tir > Éblé 14h00 – 15h00
- Escrime > Eblé 15h00 – 16h00
- Course > E. Anthoine 16h30 – 17h45
- Natation* > Piscine Eblé 19h00 – 20h00

LASER RUN

Mercredi

- Laser Run E. Anthoine 15h30 - 17h30

Judi

- Laser Run > E. Anthoine 19h00 - 20h15

+ Entraînements course et tir compétiteurs

COMPÉTITION

Participation obligatoire aux compétitions et à un stage

Lundi

- Tir > Éblé.(Créneaux de 30') 16h00 - 18h00
- Tir > E.Anthoine 18h30 - 19h30
- Natation > Massard 17h30 - 18h45
- Course > E.Anthoine 19h00 - 20h30

Mardi

- Natation > Massard 18h45 - 20h30
- Course > E. Anthoine 18h15 - 20h30
- Natation > E. Anthoine (à confirmer) 21h00 - 22h00

Mercredi

- Course > E.Anthoine 15h30 - 16h30
- Tir > E.Anthoine (créneau de 30') 16h30 - 17h30
- Escrime > Massard 20h00 - 22h30

Judi

- Tir > E.Anthoine (créneau de 30') 16h30 - 18h00
- Natation > Massard 17h45 - 19h00
- Course > E. Anthoine 19h00 - 20h30
- Laser Run > E. Anthoine 19h30 - 20h15

Vendredi

- Escrime > Eblé (à confirmer) 19h00 - 21h00
- Natation > E. Anthoine 20h15 - 22h00

Samedi

*1 séance de tir et 1 séance de natation (en fonction du niveau et/ou du site)

- Natation > Keller 7h00 - 9h00
- Tir > Eblé 14h00 - 15h00
- Escrime > Éblé 15h00 - 16h15
- Tir > E.Anthoine 15h00 - 16h30
- Course > E. Anthoine 16h30 - 17h45
- Natation > Piscine Mourlon 19h00 - 20h30
- Natation > Eblé 19h00 - 20h30

RENFORCEMENT À DISTANCE

Lundi et/ou mini-stages

- Renforcement en visio 19h00 - 20h00
- Mini-stages en visio
 - 30-31 août et 1^{er} septembre 19h00
 - 25-26-27 octobre 19h00
 - 15 décembre 19h00
 - 31 janvier -1-2 février 19h00
 - 9-10-11 mai 19h00
 - 4-5-6 juillet 19h00

Accueil à partir de 5 ans.

Test natation obligatoire pour les groupes découverte, école et perfectionnement

COTISATIONS ANNUELLES

Baby Penta

- **430€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton du club et licence initiale pentathlon
- **420€** incluant licence initiale pentathlon

Penta Découverte

- **495€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton du club et bonnet de bain et licence initiale pentathlon
- **480€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton du club et bonnet de bain et licence initiale pentathlon

École de pentathlon

- **570€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton, veste du club et bonnet de bain et licence initiale ou triathlon et forfait compétitions Ile de France
- **520€** incluant licence initiale ou triathlon et forfait compétitions Ile de France)

Perfectionnement pentathlon

- **670€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton, veste du club et bonnet de bain et licence initiale ou triathlon et forfait compétitions Ile de France
- **620€** incluant licence initiale pentathlon

Compétition pentathlon

- **690€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton, tee shirt technique, veste du club et bonnet de bain et licence initiale ou triathlon et forfait compétitions Ile de France
- **620€** incluant licence initiale pentathlon, licence athlétisme et forfait compétitions Ile de France

Compétition pentathlon et athlétisme

- **740€** primo adhésion incluant le tee-shirt coton, tee shirt technique, veste du club et bonnet de bain et licence initiale ou triathlon et licence athlétisme et forfait compétitions Ile de France
- **670€** incluant licence initiale pentathlon, licence athlétisme et forfait compétitions Ile de France

Laser Run

- **425€** primo adhésion incluant le tee-shirt technique, veste du club licence initiale pentathlon, athlétisme et forfait compétitions Ile de France)
- **360€** incluant licence initiale pentathlon, athlétisme et forfait compétitions Ile de France

Renforcement à distance (à partir de 16 ans)

- **190€** pour séance hebdomadaire, stages et rdv en présence
- **125€** pour les mini stages seuls ou 1 séance hebdomadaire seule

PIÈCES DEMANDÉES

→ Inscription version papier ou en ligne via Hello Asso

- **Le bulletin d'adhésion** rempli et signé (version papier ou en ligne via Hello Asso)
- **Les formulaires de licence FFPM et FFA** remplis et signés, avec le **certificat médical** (modèle ci-joint) de non contre-indication à la pratique du pentathlon moderne et athlétisme en compétition datant de moins de 3 mois ; (à remettre version papier ou en pièce jointe via Hello Asso)
- **1 chèque à l'ordre de RMA** (ou **CB** via Hello Asso) possibilité de règlement en 3 fois, remettre les 3 chèques correspondant à la somme de la cotisation annuelle à l'inscription)

LIEUX

- **Mourlon** > 17 – 19 rue Gaston Cavaillet 75015 PARIS
M° Charles Michels, ligne 10 – M° Duplex, ligne 6
- **Stade et Salle Émile Anthoine** > 9 Avenue Jean-Rey 75015 PARIS
M° Bir-Hakeim, ligne 6

Réduction de 15% pour les étudiants catégorie junior (justificatif à présenter) et pour les membres de la même famille à partir de la 3^e personne (sur la cotisation la moins élevée). Une fois la saison commencée, le club ne procédera à aucun remboursement pour quelque motif que ce soit.

RACING MULTI ATHLON

Bulletin d'inscription Pentathlon Moderne

Saison 2021-2022

Section d'affiliation *

PENTATHLON MODERNE **ATHLÉTISME** → Préciser

PENTATHLON :

BABY PENTA PENTA DECOUVERTE ECOLE PERFECTIONNEMENT
 COMPETITION PENTA COMPETITION PENTA ATHLE LASER RUN ESCRIME

ATHLÉTISME :

ATHLÉ DECOUVERTE ECOLE COMPETITION LASER RUN

RENSEIGNEMENTS

Nom :

Prénom : né(e) le : Sexe : H / F

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone : Portable :

Email :

Personne à prévenir en cas d'accident

Nom lien parenté..... tél.

AUTORISATION PARENTALE (pour les mineurs)

Je soussigné (e), mère / père/

autorise mon enfant à participer aux activités du club pour la saison 2021-2022. J'autorise également RMA à faire hospitaliser mon enfant en cas d'urgence.

PIÈCES À JOINDRE AU BULLETIN

- Les formulaires de licence FFPM et le formulaire de licence FFA** remplis et signés, joindre **un certificat médical** (modèle ci-joint) de non contre-indication à la pratique du pentathlon moderne en compétition et pratique de l'athlétisme en compétition datant de moins de 3 mois ;
- 1 chèque** de la cotisation annuelle (possibilité régler en 3 chèques à joindre à l'inscription) à l'ordre de RMA.

À

Signature de l'adhérent (responsable légal pour les mineurs)

Le

« 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 DÉLÉGATAIRE OU ORGANISÉE 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 regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es une fille <input type="checkbox"/> un garçon <input type="checkbox"/>		Ton âge : <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ans	
Depuis l'année dernière		OUI	NON
Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré(e) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depuis l'année dernière		OUI	NON
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		OUI	NON
Te sens-tu très fatigué(e) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aujourd'hui		OUI	NON
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Questions à faire remplir par tes parents		OUI	NON
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 ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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.)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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.

