



LA VAILLANTE SAINT-BRIEUC

OMNISPORT

(VSBO)

Règlementé intérieur de la section « la Vaillante course à Pied »

Le règlement intérieur précise et complète les statuts de VSBO sur les modalités de fonctionnement de la section « La Vaillante Course à Pied ».

Préambule.

Tout adhérent de la section « La vaillante Course à Pied » s'engage à respecter dans son intégralité le présent règlement.

Le bureau gère les actions de la section sous l'autorité du ou de la) président (e) de section.

Titre I - Les membres

Article 1 – Admission.

Les personnes désirant adhérer devront s'inscrire via un lien vers un portail d'inscription qui leur est transmis par mail en amont du démarrage de la saison.

Ils devront faire leur demande au plus tard pour la fin du mois d'Août (les entraînements reprenant début septembre au stade).

Le paiement se fait en ligne et ils ont l'obligation de fournir un certificat médical précisant la mention suivante « aucune contre-indication à la pratique de la course à pied y compris en compétition » et dont la date de délivrance ne doit pas être antérieure au 01 Juin de l'année en cours, ceci afin de couvrir entièrement l'ensemble de la saison à venir (Septembre – Juin).

Dans le cas où le certificat est non conforme, l'inscription n'est pas validée et l'adhérent est notifiée par mail. Il est dans l'obligation de mettre à jour son inscription avec un document valide. L'adhérent dont l'adhésion n'a pas été validée ne peut participer aux entraînements ni participer aux manifestations organisées par la section.

Article 2 – Cotisation.

Les membres adhérents doivent s'acquitter d'une cotisation annuelle dont le montant est fixé annuellement par le bureau de la section.

La cotisation annuelle doit être versée en même temps que la demande d'adhésion.

Toute cotisation versée à l'association est définitivement acquise.

Article 3 – Assurance.

Conformément à l'article L321-1 du code du sport, l'association La Vaillante course à pied a souscrit pour l'exercice de son activité des garanties d'assurance couvrant sa responsabilité civile, celle des bénévoles et celle des pratiquants du sport. Les pratiquants sont considérés comme des tiers entre eux.

Ainsi, la responsabilité d'un sportif envers un autre dans la cadre de la réalisation de l'activité sportive est couverte par l'assurance du club

Cependant, si un sportif se blesse personnellement (sans tiers) l'assurance du club ne peut intervenir.

Aussi, et conformément à la réglementation en vigueur, nous vous rappelons donc l'intérêt que présente la souscription d'un contrat d'assurance de personne couvrant les dommages corporels (article L. 321-4 du code du sport).

Nous vous invitons donc à vérifier le montant des garanties proposées par votre assurance et les plafonds d'indemnisation afin de déterminer si, en fonction de l'activité que vous pratiquez, vous êtes suffisamment couvert.

Ce document « Garanties Responsabilité Civile » est consultable sur notre site internet (comme le règlement intérieur de notre section).

Titre II – Les entraînements et courses.

Article 4 – Entraînements.

Quatre entraînements sont proposés en semaine aux adhérents de la section :

- Le mardi au stade « Hélène boucher » à Saint-Brieuc à partir de 19h30 :

Les horaires sont, chaque année, définis en début de saison, par le bureau en fonction des autorisations délivrées par les autorités municipales de Saint-Brieuc. L'utilisation de la piste d'athlétisme n'est autorisée que durant ces horaires. L'échauffement est donc formellement interdit sur la piste d'athlétisme car il a lieu en dehors des horaires officiels (il se fait dans l'enceinte du stade Hélène Boucher en groupes).

Cet entraînement est basé sur des séances de fractionné sur une piste d'athlétisme : VMA courte ou longue.

- Le jeudi, en extérieur, à partir de 18h30 :

Le départ pour l'échauffement étant fixé à 18h30, il est recommandé d'arriver quelques minutes en avance.

Le lieu est transmis pour le mercredi soir au plus tard par la personne en charge de cet entraînement via les outils de communication (Facebook ou Forum du site internet).

Cet entraînement est basé sur des séances de fractionné nature.

- Le jeudi, en extérieur, à partir de 19h.

Le départ pour l'échauffement étant fixé à 19h, il est recommandé d'arriver quelques minutes en avance.

Le lieu est transmis pour le mercredi soir au plus tard par la personne en charge de cet entraînement via les outils de communication (Facebook ou Forum du site internet).

Cet entraînement est basé sur des séances de fractionné trail en côtes.

- Le vendredi, tous les 3 semaines, à la Halle Dupureur, à partir de 18h30.

L'accès à la Halle Dupureur étant très réglementée, il est recommandé d'arriver quelques minutes en avance, afin d'éviter de se retrouver dehors sans possibilité d'accès.

Cette séance n'ayant pas lieu toutes les semaines, les informations sont transmises quelques jours auparavant par la personne en charge de cet entraînement (chaussures adéquates, matériels à prévoir...).

Cet entraînement est basé sur des séances renforcement musculaire.

Durant la période estivale, juillet - août, les entraînements du mardi seulement sont remplacés par des sorties « nature » sur la côte. Le rendez-vous est fixé sur l'esplanade des Rosaires à Plérin à 19 heures 30, sous réserve d'un changement validé par le bureau.

Le dimanche matin, des sorties « nature » sont proposées aux adhérents, selon un calendrier défini par le bureau, en début de saison. Le calendrier de ces sorties est consultable sur le site de la section <http://lavillante.fr/>

Article 5 - Organisation des entraînements.

Les séances d'entraînement (par groupe de niveau) sont préparées et animées par les entraîneurs bénévoles du club, sous leur autorité.

Chaque adhérent choisit, sous sa seule responsabilité, le plan d'entraînement qu'il estime le mieux adapté à son niveau sportif.

L'association ne pourra être tenue responsable de tout problème personnel (blessure, malaise, accident corporel), lié à un non-respect des règles définies dans le cadre des entraînements.

Article 6 - Sorties sur la voie publique.

Lors des sorties sur la voie publique, les coureurs doivent respecter le code de la route. La section « course à pied » décline toute responsabilité en cas d'accident ou dommage.

Par mesure de sécurité, les coureurs doivent porter un gilet fluorescent afin d'être vu des automobiles et une frontale dans le cas où la luminosité est faible.

Article 7- Participation aux courses et à la vie de la section.

La section « Course à pied » de la Vaillante partage un objectif commun : « Pratiquer notre sport favori, la course sur route et le trail, dans un esprit convivial, de partage et de plaisir ».

Les entraîneurs et le bureau, se tiennent à disposition des adhérents pour leur offrir les meilleurs conseils et conditions afin de pratiquer leur loisir du mieux possible.

En retour, il est demandé aux adhérents, selon leurs possibilités et disponibilités, de participer :

- Du mieux possible, aux différents entraînements proposés par la Vaillante (voir article 4 : Entraînements).

- Du mieux possible, à l'organisation des épreuves sportives et manifestations proposées par la section 'la Vaillante Course à Pied », dont le calendrier est préparé par le bureau et présenté à chaque assemblée générale. Ce dernier est disponible sur le site internet (<http://lavillante.fr/>).

Les adhérents s'engagent, également, dans la mesure du possible, à s'inscrire sous le nom du club lorsqu'ils participent à des courses et à porter les couleurs de l'association.

Par leur adhésion à l'association « La Vaillante Course à pied », les coureurs s'engagent à ne pas participer à la traversée de la baie en tant que coureurs (rappel dans le bulletin d'adhésion), mais à être présent (sauf cas de force majeure) en tant qu'organisateur.

Titre III - Fonctionnement de l'association

Article 8 - Utilisation du site internet

Les adhérents peuvent consulter le site <http://lavillante.fr/> pour obtenir toutes les informations sur l'actualité de la Vaillante course à Pied. Ce dernier est mis à jour régulièrement. Un forum situé sur ce même site est mis à la disposition des adhérents.

Une page Facebook a aussi été créé permettant au bureau de communiquer un certain nombre d'informations et aux adhérents d'échanger. Cette page est privée, contrairement au forum qui est public.

Aussi il est important de préciser les points suivants :

- 1) Le forum comme la page Facebook sont consacrés à la diffusion d'informations concernant la course à pied.

- 2) Les propos tenus sur les deux supports sont publiés sous la seule responsabilité du rédacteur. A ce titre, il doit respecter les lois et règlements en vigueur et le droit des personnes.

- 3) Le bureau et les administrateurs de la page Facebook se réservent la possibilité de retirer les messages qui seraient contraires aux lois et règlements en vigueur et aux droits des personnes.

Article 9 - Le bureau de la section

Conformément à l'article 9 des statuts de l'association « La Vaillante Saint-Brieuc Omnisport (VSBO) » le bureau est désigné par les adhérents de la section en assemblée générale. Ce choix est validé par le conseil d'administration de l'association (VSBO). Le bureau est composé, à minima, d'un (e) président (e) de section, d'un (e) vice-président (e), d'un (e) secrétaire et d'un (e) trésorier (e)

Le bureau se réunit selon les circonstances et selon un calendrier défini par le (la) président (e) de section.

Article 10 - Assemblée générale ordinaire

Les adhérents, à jour de leur cotisation, sont conviés une fois par an, à une assemblée ordinaire.

Le (la) président (e) présente, à cette occasion, le bilan de l'année écoulée ainsi que les projets de l'année suivante.

Les adhérents désignent, à main levée et à la majorité des suffrages exprimés, l'équipe dirigeante de cette section.

Article 11 – Modification du règlement intérieur

Le présent règlement intérieur peut être modifié par le bureau. Le règlement ainsi modifié est validé en assemblée générale.