

FICHE DE RENSEIGNEMENTS :

DATE DE NAISSANCE

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

.....

TELEPHONE FIXE :

TELEPHONE PORTABLE :

ADRESSE MAIL :

INTERESSE PAR QUEL TYPE D'ACTIVITE :

☐ VELO ☐ MARCHÉ ☐ FOOTING ☐ AUTRE ☐ SORTIES EXTERIEURES

OBSERVATIONS :

.....

.....

.....

.....

LICENCE CHOISIE : INDIVIDUELLE ☐ FAMILLE ☐

TYPE DE LICENCE : TARIF :

PAYE LE : CHEQUE ☐ ESPECES ☐

CERTIFICAT MEDICAL FOURNI LE :

DATE : SIGNATURE :

LICENCES FAMILLES :

CONJOINT(E) / CONCUBIN(E)

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

ENFANTS / PETITS-ENFANTS / PERSONNES MAJEURES SOUS TUTELLE OU CURATELLE

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

NOM PRENOM DATE DE NAISSANCE

Je soussigné (NOM Prénom)

autorise / n'autorise pas (rayer la mention inutile) la (les) personne(s) ci-dessus mentionnée(s), mineures
ou majeures sous tutelle, à participer aux randonnées associatives en l'absence des parents.

Fait à Le

Signature

Cachet du médecin

A

, le

CERTIFICAT MEDICAL

Je soussigné Docteur.....

certifie que Mme, Mlle, M.....

- ☐ Ne présente pas de contre-indication apparente à la pratique de :

*Listez les principales
activités pratiquées par le
licencié dans son club ou
à titre individuel*

- ☐ la randonnée pédestre
- ☐ le cyclisme hors compétition
- ☐ le footing
- ☐ les activités de montagne (randonnée - raquette - ski ...)
- ☐ autre (préciser)

OU

- ☐ Ne présente pas de contre-indication apparente, sous réserve que :

- Sa fréquence cardiaque ne doit pas dépasser : puls/min
- La vitesse de progression à plat ne doit pas dépasser : Km/h
- Le dénivelé positif horaire ne doit pas dépasser : m/h
- Pendant une durée de heures.
- Autres recommandations:

Informations à l'attention du Médecin

Cette activité physique d'intensité moyenne présente de multiples bienfaits : lutte contre les maladies de la sédentarité, contre le surpoids, limite l'ostéoporose, c'est une activité conviviale qui permet de recréer un lien social là où l'individualisme domine.

Par ailleurs elle est souvent pratiquée par des adultes « mûrs ».

Néanmoins, il ne s'agit pas d'une banale promenade car, selon la longueur de la randonnée ainsi que l'importance de son dénivelé, l'effort nécessaire augmente et sa tolérance peut être mauvaise, pouvant avoir des conséquences néfastes sur le randonneur ainsi que sur le groupe qui l'accompagne. N'oublions pas que l'incident, va le plus souvent survenir en pleine nature loin de tout centre de secours.

Connaissant bien votre patient, et à la suite de votre examen clinique, vous êtes le mieux placé pour lui expliquer quelles sont les limites à ne pas dépasser.



Informations à l'attention du randonneur :

La randonnée n'est pas une simple promenade : selon le poids du sac et votre propre poids, selon la longueur et le dénivelé de votre randonnée ainsi que la vitesse de progression, selon les conditions météorologiques, selon votre niveau d'entraînement physique, votre organisme peut être en difficulté au cours de la randonnée rendant celle-ci de plus en plus difficile.

Avant de partir, renseignez-vous sur la longueur et le dénivelé de la randonnée, sur les conditions météorologiques prévues et choisissez votre parcours, en fonction de vos capacités physiques et psychologiques du moment.

N'oubliez pas enfin que si « **Un jour de sentier = Huit jours de santé** », il faut rappeler qu'une randonnée **mal préparée** peut devenir une randonnée **ratée**.

Avec votre médecin, évaluez vos capacités et connaissez vos limites.

Si vous présentez une maladie chronique mais équilibrée, ayez sur vous la (les) médicament (s) nécessaire (s) en cas d'incident et évaluez bien, avec votre médecin traitant, le niveau d'activité physique à ne pas dépasser : c'est tout l'intérêt de cet examen médical.

La Commission Médicale de la FFRandonnée

Tarifs de licences et options

2013 / 2014

Tarifs des licences

(ces tarifs ne tiennent pas compte de l'adhésion au club) ni d'éventuelles surcotisations appliquées aux clubs).

Type de licence	IS	IR	IRA	IRA ANP	IMPN	IR FFSA	IR FFH	FS	FR	FRA	FMPN	FRAMP
Part licence, dont :	19.50 €					5.10 €	5.10 €	39.00 €			20.90 €	
- part départementale	8,20 €					1.45 €	1.45 €	16.40 €			8.20 €	
- part régionale	3.20 €					0.55 €	0.55 €	6.45 €			3.20 €	
- part nationale	8,10 €					3.10 €	3.10 €	16.15 €			9.50 €	
Part assurance		0.40 €	2.10 €	0.60 €	10.50 €	0.40 €	0.40 €		0.40 €	4.10 €	20.60 €	4.10 €
Prix total licence	19.50 €	19.90 €	21.60 €	20.10 €	30.00 €	5.50 €	5.50 €	39.00 €	39.40 €	43.10 €	59.60 €	25.00 €

Cotisation Associé :

5 €

10 €

TOTAL

24,50

24,90

26,60

25,10

35,00

10,50

10,50

49,00

49,40

53,10

69,60

30,00

Individuelles :

IR : Responsabilité civile seule → 24,90

IRA : Responsabilité civile + accidents corporels → 26,60

IMPN : Responsabilité civile + accidents corporels
+ multi-activités de pleine nature → 35,00

Familiales :

FR : Responsabilité civile seule → 49,40

FRA : Responsabilité civile + accidents corporels → 53,10

FMPN : Responsabilité civile + accidents corporels
+ multi-activités de pleine nature → 69,60

CHAPITRE 4 • LES TABLEAUX DES ASSURANCES

Tableau récapitulatif des licences

Licences Club Individuelles	Définition	Garanties	Activités assurées
IS	Individuelle sans assurance	Aucune assurance n'est liée à cette licence : simple appartenance à la Fédération	Aucune
IR	Individuelle Responsabilité Civile	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence (ainsi que celle de sa famille lorsqu'ils randonnent ensemble, hors sortie associative)	Activités de randonnées pédestres de loisirs et pleine nature
IRA	Individuelle Responsabilité civile Accidents Corporels	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence et les accidents corporels qu'il subit	Activités physiques et de loisirs de pleine nature
IMPN	Individuelle Responsabilité civile Accidents Corporels	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence et les accidents corporels qu'il subit	Activités physiques et sportives et de loisirs de pleine nature
IRA ANP	Individuelle Non Pratiquant Responsabilité civile Accidents Corporels	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence et les accidents corporels qu'il subit	Activités associatives hors pratiques sportives

Licences Club familiales	Définition	Garanties	Activités assurées
FS	Familiale sans assurance	Aucune assurance n'est liée à cette licence/simple appartenance à la Fédération	Aucune
FR	Familiale Responsabilité Civile	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence ainsi que celle de sa famille	Activités de randonnées pédestres de loisirs et pleine nature
FRA ou FRAMP (cellule mono parentale)	Familiale Responsabilité Civile Accidents Corporels	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence et des membres de sa famille et les Accidents Corporels qu'ils subissent	Activités de randonnées pédestres de loisirs et pleine nature
FMPN	Familiale Responsabilité Civile Accidents Corporels	Cette licence couvre la Responsabilité Civile du titulaire de la licence et des membres de sa famille et les Accidents Corporels qu'ils subissent	Activités physiques et sportives et de loisirs de pleine nature

Licences Hors Club	Garanties	Activités assurées
Randocarte® de base individuelle ou familiale (équivalent IRA ; FRA)	Elle couvre la Responsabilité Civile de son titulaire et les Accidents Corporels qu'il subit pendant un an	Activités de randonnées pédestres et de loisirs de pleine nature
Randocarte® Sport + individuelle ou familiale (équivalent IMPN ; FMPN)	Elle couvre la Responsabilité Civile de son titulaire et les accidents corporels qu'il subit pendant un an	Activités de randonnées pédestres Activités physiques et sportives et de loisirs de pleine nature
Randocarte® Découverte (équivalent IRA)	Elle couvre la Responsabilité Civile de son titulaire et les Accidents Corporels qu'il subit pendant une durée d'un mois	Activités de randonnées pédestres et de loisirs de pleine nature
Randocarte® Découverte « famille » (équivalent FRA)	Elle couvre la Responsabilité Civile de son titulaire et les Accidents Corporels qu'il subit pendant une durée d'un mois	Activités de randonnées pédestres et de loisirs de pleine nature



TARIFS Clubs - Saison 2014

Réaffiliation club = 51,00 € (cotisation 28,00 € + revue 23 €) - Affiliation club = 23 € (revue) + cotisation gratuite

Catégorie	Cotisation FFCT	Formule "Mini-Braquet" (Responsabilité Civile + Défense-Recours)		Formule "Petit-Braquet" (Mini-Braquet + Accident Corporel et Rapatriement)		Formule "Grand-Braquet" (Petit-Braquet + Dommages à la bicyclette)		Option Revue
		Assurance	Total <i>Ass</i>	Assurance	Total <i>Ass</i>	Assurance	Total	
Ecole Cyclo (- 18 ans) :	10,00 €	offerte	10,00 € <i>15</i>	offerte	10,00 € <i>15,00</i>	48,50 €	58,50 € <i>63,50</i>	11 Numéros
Adultes	25,50 €	15,00 €	40,50 € <i>45,50</i>	16,50 €	42,00 € <i>47,00</i>	65,00 €	90,50 € <i>95,50</i>	
Jeunes - 25 ans :	10,00 €	15,00 €	25,00 € <i>30,00</i>	16,50 €	26,50 € <i>31,50</i>	65,00 €	75,00 € <i>80,00</i>	
Familles :								
1er adulte	25,50 €	15,00 €	40,50 € <i>45,50</i>	16,50 €	42,00 € <i>47,00</i>	65,00 €	90,50 € <i>95,50</i>	
2ème adulte	10,20 €	15,00 €	25,20 € <i>30,20</i>	16,50 €	26,70 € <i>31,70</i>	65,00 €	75,20 € <i>80,20</i>	+ 23 €
Jeunes de 7 à 25 ans	5,00 €	15,00 €	20,00 € <i>25,00</i>	16,50 €	21,50 € <i>26,50</i>	65,00 €	70,00 € <i>75,00</i>	
Jeunes de 6 ans et moins			Offerte			48,50 €	48,50 € <i>53,50</i>	