



CAP RUNNING IGNY

REGLEMENT INTERIEUR

1. Adhérents et entraînements

Le club Cap Running Igny est régi par ses statuts et son règlement intérieur. Son règlement intérieur est défini ci-dessous, il est remis à l'ensemble des membres ainsi qu'à chaque nouvel adhérent.

- **Adhésion et inscription au club**

Les membres adhérents s'acquittent d'une cotisation annuelle, dont le montant est fixé chaque année par le Bureau.

Cette cotisation est nécessaire au bon fonctionnement du club.

Toute cotisation versée au club est définitivement acquise, aucun remboursement ne pourra être exigé en cas de départ du club, de décès, de démission ou d'exclusion en cours d'année.

Le règlement de la cotisation pourra être fractionné par tiers.

Les documents d'inscription (fiche d'inscription, RIB du club) sont disponibles sur le site du club.

Toute inscription sera considérée comme définitive lorsque les documents nécessaires seront transmis : paiement, fiche d'inscription, certificat médical comportant la mention officielle et valable 3 ans (avec renouvellement annuel du questionnaire de santé), ainsi qu'une autorisation parentale pour les mineurs (à partir de 16 ans, une fiche d'autorisation parentale est disponible sur le site caprunningigny.fr).

Seuls les entraîneurs confirmeront le groupe sportif auquel l'athlète fera partie. Cela sera déterminé en fonction de l'expérience de l'athlète et sa capacité de suivre le rythme du groupe. Pour maintenir la cohésion de groupe de départ et compte tenu des contraintes liées à la taille des groupes, le changement de groupe doit être exceptionnel et se fera en accord avec les entraîneurs.

Toute inscription vaut approbation du règlement intérieur et engage l'adhérent pour la saison en cours.

Pour un nouvel adhérent en cours d'année, l'inscription entraînera le paiement d'une quote-part de la cotisation calculée au prorata du temps de présence par découpage trimestriel.

- **Accueil des Mineurs**

Le club accueille les mineurs à partir de 16 ans.

Le club est responsable des athlètes mineurs pendant les périodes d'entraînements et de compétitions de trails ou de courses dans le cadre de la programmation du club.

Les parents ou tuteurs doivent accompagner leurs enfants et contrôler leur prise en charge par les entraîneurs.

Seront autorisés à partir seuls, les mineurs qui auront fourni l'autorisation signée des parents ou tuteurs. (Option à cocher lors de l'inscription sur le site)

Le club ne peut être tenu responsable si des athlètes mineurs ne se présentent pas aux séances d'entraînement.

Les entraîneurs peuvent donner un avis pour décider d'une participation aux compétitions sous la couleur du club.

Les entraîneurs s'engagent à prévenir les jeunes et leurs parents en cas de retard ou d'annulation y compris pour les compétitions.

- **Compétitions et déplacements**

Chaque adhérent peut choisir les compétitions auxquelles il souhaite participer.

Le club organise également quelques week-ends ou voyage à vocation sportive par an.

Les déplacements en compétitions sont organisés soit par les adhérents eux-mêmes, soit par le club lors de week-ends ou voyages.

Le club promeut le co-voiturage, les transports en communs ou les mobilités douces pour les déplacements.

Lors des déplacements en voiture personnelle, l'assurance du / des véhicules est engagée.

Les frais engagés pour les déplacements en compétition sont gérés directement entre les participants eux-mêmes.

Le club ne prévoit aucun remboursement de frais de déplacements pour les compétitions.

Le port du maillot du club ou tout autre équipement aux couleurs du club, est fortement conseillé pour toute compétition permettant de promouvoir l'image du club.

- **Matériels, locaux et équipements**

Les athlètes utilisent les tenues adaptées, préconisées par les entraîneurs.

Le matériel et les équipements mis à disposition des athlètes et des entraîneurs doivent être respectés et utilisés pour leur fonction d'origine.

- **Assurance**

Le Club a souscrit une assurance auprès de la MAÏF. Celle-ci offre aux membres, durant les entraînements et lors de sorties organisées par le Club les garanties suivantes:

- Responsabilité civile- défense
- Assistance aux membres blessés ou malades, notamment les frais de secours en cas d'accident, les frais médicaux et d'hospitalisation.
- Indemnisation des dommages corporels.
- Dommages aux biens des participants.
- Recours et protection juridique

Une assurance complémentaire individuelle accident de son choix peut être souscrite par l'adhérent.

Le club se dégage de toute responsabilité pour tous les vols survenus pendant les entraînements ou les compétitions.

Tout accident survenant pendant un entraînement devra être déclaré en ligne auprès de l'assurance du club (procédure interne).

- **Fichier informatique et droit à l'image**

Les fichiers informatiques du club sont réservés à un usage interne. Ils ne seront en aucun cas transmis à des fins publicitaires ou commerciales.

Des photos individuelles ou de groupes sont nécessaires à la vie du club : presse locale, site internet, bulletins internes, calendriers.

En adhérant au club, les athlètes et les parents d'athlètes acceptent cette clause particulière du règlement sauf s'ils mentionnent expressément leurs désaccords.

- **Comportements et sanctions**

Le Bureau se réserve le droit d'exclure temporairement ou définitivement tout adhérent indiscipliné suivant la gravité des faits qui lui sont reprochés :

- Pour tout acte de mauvaise tenue morale ou physique engageant la réputation du club ou portant atteinte à l'un de ses adhérents.
- Pour tout acte de vandalisme ou de vol avec remboursement des frais occasionnés
- Pour le non-respect du présent règlement

- **Entraînements**

Les jours, horaires et lieux d'entraînements sont définis par les membres du Bureau et inscrits sur la feuille d'inscription.

Les éventuelles modifications sont données par les entraîneurs avant les entraînements par messagerie.

Potentiellement certaines séances pourront être délocalisées.

Les athlètes, en participant aux séances, devront respecter les directives et consignes des entraîneurs notamment en termes de sécurité et du contenu de la séance.

L'entraînement est adapté en fonction des objectifs et du potentiel **de chacun**.

Les athlètes peuvent s'entraîner de façon autonome à partir du programme fourni par leur entraîneur en fonction de leur niveau et de leur objectif de courses.

2. Organisation et fonctionnement

- **Objectifs et Valeurs du Club**

Le Club Cap Running Igny a pour objectif d'accompagner et de faire progresser les adhérents afin qu'ils atteignent leurs objectifs dans leur pratique de trail.

Le Club promeut les valeurs de respect, d'entraide, favorise l'esprit d'équipe, le partage et la bienveillance entre chacun, toujours dans la bonne humeur.

- **Bureau et Bureau élargi**

Le bureau est composé des membres élus lors de l'AG annuelle.

Il se réunit régulièrement pour établir le planning des activités à venir, aborder les sujets à traiter pour décisions, gérer les relations avec la mairie, le département, les instances officielles et les partenaires, analyser l'état financier du club, engager de nouvelles activités si besoin, préparer l'AG à venir, décider des besoins d'investissements notamment en matériel de sports, et toutes questions impactant le fonctionnement du club.

Le bureau est composé du ou de la président-e, du ou de la secrétaire et du ou de la trésorier-ère

Le bureau élargi est composé du bureau et des responsables des commissions mentionnées ci-dessous.

- **Assemblée Générale**

L'Assemblée Générale est tenue une fois par an, à une date définie en réunion de Bureau.

Outre le bilan moral et financier de l'année sportive écoulée, elle présente un état des activités passées, et, pour l'année à venir, le budget prévisionnel, les activités prévues, tous points nécessitant l'avis des adhérents, et le renouvellement du Bureau.

Tout adhérent peut s'il le souhaite, proposer sa candidature comme membre du Bureau.

Chaque résolution fait l'objet d'un vote, sauf cas exceptionnel d'une résolution étant d'un niveau d'information uniquement.

A la suite de l'AG, les membres du bureau se réunissent pour désigner les postes de Président.e,

Trésorier.ère, Secrétaire, et, si besoin, de suppléant pour ces postes.

- **Finances**

Sur la base du budget prévisionnel, l'état des finances du club est revu en réunion du Bureau, les décisions de dépenses courantes ou d'investissements sont prises en fonction de la trésorerie disponible.

Dans le but d'améliorer son niveau financier, le Club prend aussi des contacts avec des entreprises et organismes afin d'établir des partenariats.

- **Commissions**

1) Développement Durable

Le club a engagé une démarche de développement durable avec pour premier objectif d'actions pour la Trifouillette Blanche 2024.

Cette démarche se traduit par l'identification des actions déjà faites et s'enrichit de nouveaux objectifs et d'actions.

La commission Développement Durable, créée en décembre 2023, fait vivre et évoluer les actions et définit les futurs engagements.

Elle s'assure que les actions engagées dans ce cadre de Développement Durable atteignent les objectifs définis ; au besoin, les actions sont revues et séquencées.

2) Coach sportifs / Entraîneurs

La commission Coach est composée des coaches du Club. Elle a pour but d'établir des activités communes à tous les groupes, de partager les pratiques, les programmes d'entraînements et les informations permettant de faire progresser les adhérents dans leurs objectifs ou pour une activité particulière planifiée, par exemple un trail en milieu montagneux.

Cette commission se réunit à la demande.

3) Communication

La Commission Communication a pour principales missions :

- De maintenir de site internet du Club,
- D'assurer la communication dans le cadre de l'organisation de La Trifouillette et La Trifouillette Blanche,
- De préparer les articles de communication pour les médias externes.

4) Design

L'objectif de cette commission Design est de définir les visuels du Club associés aux supports de communication, de proposer leur application pour les vêtements et accessoires sportifs qui sont proposés aux adhérents.

Elle propose au Bureau les investissements nécessaires pour décision.

Elle gère de bout en bout les projets décidés dans ce cadre du Design jusqu'à leur aboutissement.

5) Organisation de sorties, week-ends, voyages

Cette commission définit et propose aux adhérents, des sorties trail, week-ends sportifs ou voyages sportifs en montagne.

Elle détermine tous les éléments pratiques, transports, logements, courses possibles sur le lieu de

déplacement, coûts, etc ... et les gère pour les adhérents intéressés.

Les adhérents peuvent également proposer des sorties et compétitions, localement, à charge pour eux d'en définir le contour et d'organiser les déplacements.

- **Modification du règlement**

Les modifications du règlement intérieur sont élaborées par le Bureau et approuvées par l'Assemblée Générale à la majorité simple (c'est à dire 50 % ou plus) des membres présents. Tout adhérent peut faire une proposition de modification qui sera examinée et décidée par le bureau et si retenu fera l'objet d'un vote en AG.

- **Retrait - Radiation**

Ref Comportements et sanctions

- **Gestion d'un cas non prévu dans le règlement**

Tous cas non prévu dans ce règlement sera soumis et analysé par le Bureau, qui statuera sur la suite à donner et apportera la solution la meilleure possible pour le Club et les adhérents