



# NOTICE POUR LE DOSSIER ADHESION 2018-2019 SECTION MUSCULATION

## DEMANDE ADHESION AU PARIS SPORT CLUB

La demande d'adhésion auprès du Paris Sport Club se fait en ligne ou par dossier papier : voir les chapitres suivants pour les modalités précises.

Le Paris Sport Club vérifiera que votre demande d'adhésion est bien complète et conforme.

Une facture (dossier papier) à la demande est envoyée par le Paris Sport Club ou bien une attestation de paiement (dossier en ligne) est disponible en téléchargement.

Pour la saison 2018-2019, la section Musculation vous propose deux modalités d'adhésion au Paris Sport Club :

- ou bien un dossier papier à constituer et à envoyer au club
- ou bien un dossier et un paiement en ligne avec notre partenaire helloasso qui propose une plate-forme sécurisée de paiement.

### NOTA BENE :

- Les dossiers incomplets ne seront pas traités.
- Les dossiers sans règlement de la cotisation ne seront pas validés.
- Une personne ayant un arriéré de paiement auprès du club ne sera pas acceptée.

## ADHESION EN LIGNE

PRELABLE: cette adhésion en ligne ne convient qu'à celles-ceux qui souhaitent régler, en une fois, par virement ou par carte bancaire, le total de leur cotisation. Par exemple, un paiement partiel qui serait complété par des chèques ANCV n'est pas possible et seule l'adhésion avec le dossier papier le permet.

Ce paiement est basé sur la plate-forme sécurisée de notre partenaire **helloasso** qui propose un pourboire facultatif.

Il vous suffit de cliquer sur le lien suivant : [adhésion 2018 2019 - section musculation](#)

Une attestation de paiement sera disponible en téléchargement à la fin du parcours en ligne pour faire valoir ce que de droit.

**Certificat médical :** vous devez fournir un certificat médical datant de moins de 6 mois avec la mention «Pratique de la musculation», la date de naissance et le tampon du médecin. Pour le transmettre au Paris Sport Club vous pouvez :

- l'envoyer par la poste : Paris Sport Club - Section Musculation- 23 rue des Balkans - 75020 PARIS
- ou bien le scanner et le télécharger dans le parcours en ligne d'adhésion
- ou bien l'envoyer par mail : [secretariat.psc@gmail.com](mailto:secretariat.psc@gmail.com)

Par ailleurs, pour un enfant mineur, les parents doivent fournir **une autorisation parentale**.

Voir le modèle fourni en page 2 [ou en téléchargement](#)

## ADHESION DOSSIER PAPIER

Les éléments du dossier d'adhésion papier à envoyer au Paris Sport Club sont :

La fiche d'adhésion (page 3 et 4 de ce document), dûment complétée et signée (autorisation parentale et règlement intérieur) avec la photo collée ou agrafée.

Le certificat médical original datant de moins de 6 mois avec la mention « Pratique de la musculation », la date de naissance et le tampon du médecin.

Le règlement intégral de votre cotisation selon la-les modalité(s) qui vous conviennent. (voir page 2)

**Le dossier complet est à rendre lors d'une permanence ou à envoyer au siège à l'adresse suivante :**  
**PARIS SPORT CLUB - 23 rue des Balkans - 75020 PARIS**



# NOTICE POUR LE DOSSIER ADHESION 2018-2019 SECTION MUSCULATION

## CONSEILS POUR REMPLIR, IMPRIMER, SIGNER LA FICHE D'ADHESION

La fiche d'adhésion est dans un format pdf interactif. Vous pouvez ainsi utiliser votre ordinateur et remplir les champs directement en cliquant dessus. Nous demandons cette année d'indiquer votre montant de cotisation et le détail selon vos modalités de paiement. Une fois complété, il suffit d'enregistrer (on ne sait jamais !) et surtout d'imprimer le document de deux pages, (page 3 et 4), idéalement en recto-verso mais ce n'est pas obligatoire car toutes les imprimantes ne le permettent pas. Ensuite, vous pouvez coller ou agraffer la photo, et ne pas oublier de signer le règlement intérieur en page 4 et pour un enfant mineur de compléter et signer l'autorisation parentale en page 3. Si vous souhaitez remplir la fiche d'adhésion manuellement, c'est toujours possible en imprimant au préalable (page 3 et 4) et en remplissant tous les champs en LETTRES CAPITALES.

### MONTANT DE VOTRE ADHESION

Déterminez les créneaux qui vous conviennent.

Il vous suffira ensuite de reporter le montant de votre catégorie dans la fiche d'adhésion.

Si vous êtes un-e nouvel-le adhérent-e au Paris Sport Club, vous devrez régler des droits d'entrée de 50€.

Calculez le total et indiquez le dans la case «montant total à régler».

### MODALITES DE PAIEMENT

Consultez ci-dessous le paragraphe qui détaille les différentes modalités de paiement mises à votre disposition.

Vous devrez indiquer la - les modalité(s) choisie (s) en mentionnant les montants dans la fiche d'adhésion.

Bien s ur le total doit correspondre au montant total à régler !

## MODALITES DE PAIEMENT

Par chèque(s) : Etablir le(s) chèque(s)   l'ordre du «Paris Sport Club». Il est possible de régler en plusieurs fois jusqu'à 4 chèques. Les chèques doivent être TOUS remis dès la constitution du dossier. Le montant du premier chèque doit être au minimum de 90  encaissable à la réception du dossier. Les autres chèques devront être encaissables de octobre à décembre 2018. Tout chèque impayé entraînera une demande de remboursement de frais bancaires de 15 .

En espèces : il faut prendre rendez-vous avec un membre du bureau à l'adresse mail suivante : secretariat.psc@gmail.com. Les paiements échelonnés ne sont pas acceptés. Un reçu vous sera remis.

Par virement : IBAN : FR76 30003 03552 00050611000 52 BIC : SOGEFRPP.  
Les paiements échelonnés ne sont pas acceptés. vous devez joindre l'ordre de virement.

CDOS (ARS) : si un enfant bénéficie de l'ARS (Aide à la Rentrée Scolaire) , vous devez payer le montant total de la cotisation. La CAF fournira un bon à transmettre au club qui vous remboursera.

Tickets loisirs de la CAF : si un enfant bénéficie de Tickets loisirs de la CAF, vous devez payer le montant total de la cotisation. La CAF fournira un bon à transmettre au club qui vous remboursera.

Coupon Sport

Chèques vacances ANCV. Les chèques vacances doivent être remplis sous peine de retour et d'invalidation du dossier.

## MODELE D'AUTORISATION PARENTALE

Ce modèle est intégré dans la fiche adhésion papier, mais pour le parcours en ligne vous devez si vous êtes parent d'un adhb rent-e mineure le compléter, signer, ensuite vous devez :

- ou bien le scanner et le télécharger dans le parcours en ligne d'adhésion
- ou bien l'envoyer par la poste : Paris Sport Club - Section Musculation - 23 rue des Balkans - 75020 PARIS
- ou bien l'envoyer par mail : secretariat.psc@gmail.com

Je soussigné(e), ..... (père, mère, tuteur), autorise (mon fils ou ma fille) .....   pratiquer la musculation au sein du Paris Sport Club.

J'autorise (mon fils ou ma fille)   quitter seul(e) le lieu d'entraînement ou de compétition, sous ma responsabilité : oui                  non

Paris, le ..... / ..... /20.....

Signature :



# FICHE ADHESION 2018-2019

## SECTION MUSCULATION

A pré-remplir (PDF interactif), imprimer, signer et joindre au dossier, selon les indications en pages 1, 2

**ou bien** : imprimer, remplir EN LETTRES CAPITALES, signer et joindre au dossier selon les indications en pages 1, 2

### VOS COORDONNEES

**NOM :** ..... **PRENOM :** .....

Date de naissance JJ/MM/AAAA : ..... Lieu de naissance : .....

Sexe : M F Nationalité : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Téléphone (adhérent) : ..... Téléphone (parent si mineur) : .....

e-mail (adhérent) : ..... @ .....

e-mail (parent si mineur) : ..... @ .....

### PHOTO

obligatoire  
à coller ou agraffer

Loi informatique et libertés du  
6 janvier 1978: le soussigné  
dispose d'un droit d'accès  
et de rectification aux infor-  
mations portées sur sa fiche  
individuelle

ATTENTION : Une fiche  
incomplète notamment sans  
téléphone et e-mail valides  
rend le dossier incomplet et ne  
sera pas traité.

### AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné(e), ..... (père, mère, tuteur), autorise mon fils ou ma fille.....  
à pratiquer la discipline sus-citée au sein du Paris Sport Club.

J'autorise (mon fils ou ma fille) à quitter seul(e) le lieu d'entraînement ou de compétition, sous ma responsabilité : oui non

Paris, le / /20

Signature :

### RENSEIGNEMENTS SPORTIFS

Avez-vous déjà été adhérent  
au Paris Sport Club ? O N Si oui, quelle section et année ? .....

cochez votre souhait de pratique :

Tous créneaux

Tous créneaux de la semaine

Samedi matin

10 séances

Les séances de musculation sont ouvertes à partir de 16 ans.

Les séances de musculation se déroulent Salle Pelleport , 162 rue Pelleport, 75020 Paris

Les horaires sont à consulter sur le site web du club

### MONTANT DE VOTRE COTISATION

Droit entrée (50€) : ..... €  
pour nouvel-le adhérent-e

Tous créneaux (360€) ..... €

Tous créneaux en semaine (310€) ..... €

Samedi matin (180€) ..... €

10 séances tous créneaux (150€) ..... €

**TOTAL à régler :** ..... €

### VOTRE PAIEMENT

Chèque(s) ( 1 à 4 ) : ..... € ..... € ..... € ..... €

Virement : ..... € Espèces : ..... €

Coupon Sport : ..... € C.A.F - Ticket Loisirs : ..... €

Chèques Vacances : ..... € CDOS (ARS) : ..... €

### PARTIE RESERVEE AU CLUB - NE PAS REMPLIR !

Chèques : / / / / / / / / Espèces : / / Virement : / / ANCV : / /

Emetteur : ..... Coupon : / / CAF : / / CDOS : / /

Banque : .....



## FICHE ADHESION 2018-2019

### SECTION MUSCULATION

#### REGLEMENT INTERIEUR

1. L'adhésion au Club « PARIS SPORT CLUB » implique l'approbation des Statuts du Club et de son Règlement Intérieur, consultables au Siège. Elle implique des droits et des devoirs (ponctualité, assiduité, participation aux évènements du Club, respect des partenaires, entraîneurs, dirigeants et arbitres).
2. L'adhésion n'est effective qu'après présentation d'un certificat médical, obtenu chez un médecin traitant ou au Centre de Santé, et du règlement de la cotisation annuelle, non remboursable sauf cas de force majeure (remboursement dans ce cas au pro rata temporis, hors frais de licence de la Fédération si déjà prise).
3. En aucun cas le club ne pourra être tenu responsable d'éventuelles fermetures des équipements sportifs loués auprès de la Ville. L'adhésion est une cotisation pour bénéficier des services que l'association est en mesure de fournir.
4. Aucun enfant mineur ne sera inscrit sans autorisation parentale.
5. La responsabilité du Club n'est engagée que lorsque les parents ou le représentant légal ont confié l'enfant à l'animateur responsable du cours, sur le lieu d'entraînement, ou s'ils ont signé une décharge.
6. L'absence répétée, non justifiée, d'un enfant fera l'objet d'une information aux parents ou représentant légal.
7. Une bonne tenue, le respect des personnes et des matériels sont de règle au Club. Tout membre se faisant remarquer par une mauvaise conduite ou des propos incorrects, lors des entraînements, pourra être exclu temporairement ou définitivement de la section, après avoir été entendu par la commission de discipline.
8. En cas d'accident, il sera fait appel aux services d'urgence et l'adhérent accidenté sera conduit à l'hôpital.

#### Note importante : Assurance

Pour les adhérents du PARIS SPORT CLUB, une assurance globale contractée par le Club auprès de la M.A.I.F couvre les risques compris dans le contrat. En ce qui concerne les accidents entraînant un arrêt maladie de longue durée, il vous est vivement conseillé de contracter à titre personnel et sous votre entière responsabilité, une assurance complémentaire adaptée à votre cas, auprès d'un organisme de votre choix, pouvant notamment vous assurer l'indemnisation de vos pertes éventuelles de salaires.

#### SIGNATURE de l'adhérent et des parents pour les mineurs, précédée de la mention «lu et approuvé»

Paris, le ..... / ..... /20.....

Signature(s) :

#### LE MOT DE LA SECTION MUSCULATION

La musculation est un ensemble d'exercices physiques visant le développement des muscles squelettiques, afin d'acquies plus de force, d'endurance, de puissance, d'explosivité ou de volume musculaire. Dans ces exercices, une force (par exemple la gravité, avec l'utilisation des haltères ou du poids du corps) est opposée de manière répétitive à la force générée par la contraction des muscles. Cette activité est généralement pratiquée dans une salle de sport.

Ses bienfaits sont conséquents, tout d'abord physiquement car on améliore sa silhouette, mais aussi mentalement.

Elle permet également d'améliorer sa santé, la circulation du sang, de lutter contre le mal de dos, contre le vieillissement.

La musculation peut ainsi constituer une pratique à part-entière.

Au Paris Sport Club, les adhérents peuvent aussi pratiquer la musculation comme activité complémentaire. La salle Pelleport est ainsi un lieu de rencontre de toutes les sections, au gré de la préparation physique des uns et des autres.

Le Paris Sport Club propose des activités de musculation et de renforcement musculaire ainsi que du cardio-training. La section musculation permet aux adhérents du club de bénéficier d'un encadrement compétent. En effet, notre éducateur met tout en œuvre pour proposer des séances d'entraînement adaptées au rythme et aux objectifs de tous les membres du club qui ont des pratiques sportives différentes.

#### VOTRE SOUTIEN

Vous souhaitez nous rejoindre en tant que bénévoles ou nous soutenir financièrement. Alors n'hésitez pas à nous contacter ou à effectuer un don en ligne en cliquant sur les liens suivants :

[Devenir bénévole](#)

[Don en ligne](#)

#### RESTEZ INFORMÉ-E :

Site web : [http://www.paris-sport-club.org/cardio\\_et\\_musculation.php](http://www.paris-sport-club.org/cardio_et_musculation.php)