



松
涛
館

Dossier d'inscription 2026 / 2027 à redonner

NOM : Prénom :

Date de naissance : Age :

Adresse complète :

.....

Code postal : Ville :

Tél :

Adresse email :

(Merci de l'écrire très lisiblement)

Personne à contacter en cas d'urgence : M / Mme

Tél :



Feuille d'information À conserver par l'adhérent

La saison 2026 / 2027 débutera :

- le mercredi 9 septembre 2026
- Inscription possible le jour du forum à CREHEN le samedi 5 septembre 2026.

2 séances d'essais gratuites sont proposées au nouveau futur adhérent.
Le club se dégage de toute responsabilité en cas de contre-indication non déclarée par le pratiquant.

**Au moment de l'inscription, tout adhérent devra OBLIGATOIREMENT
remettre à un responsable du club les documents suivants :**

- **dossier d'inscription, règlement intérieur, autorisation parentale, droit à l'image, attestation médicale pour les mineurs** dûment complétés et signés.
- **règlement de la cotisation : par chèque** (3 maximum) couvrant le montant total de l'inscription remis en une seule fois ; les chèques libellés à l'ordre du Karaté Club de l'Arguenon
ou en espèces (montant total remis en une seule fois).
- **Nous acceptons :** Chèques CAF, Pass'sport (état) Pass'sport Créhen, Pass plancoëtin
- **Réduction de 10 euros pour un deuxième membre de la même famille.**

TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSE
LA PERSONNE NE POURRA ETRE ACCEPTEE EN COURS

Horaires et tarifs du Karaté Club de l'Arguenon

***Les cours seront enseignés par Laurent LEFRANÇOIS « tél 06 81 67 54 06 »
Professeur diplômé d'état 7^{ème} Dan FFKARATÉ***

Enfants, Ados :

4 - 6 ans

Horaires : Mercredi de 16h00 à 17h00

Cotisation : 165 € (compris 39€ de licence)

7 - 9 ans

Horaires : Mercredi de 17h00 à 18h00 -Vendredi de 17h15 à 18h15

Cotisation : 180 € (compris 39€ de licence)

10-12 ans

Horaires : Mercredi de 18h00 à 19h00 -Vendredi de 18h15 à 19h15

Cotisation : 180 € (compris 39€ de licence)

13-18 ans/ Etudiants

Horaires : Mercredi de 19h00 à 20h30 -Vendredi de 19h30 à 21h00

Cotisation : 210 € (compris 39€ de licence)

Adultes :

Horaires : Mercredi de 19h00 à 20h30 -Vendredi de 19h30 à 21h00

Cotisation : 220 € (compris 39€ de licence)

Pour la même cotisation, chaque adhérent pourra s'entraîner dans les 3 clubs (Dinard, Dinan, Créhen) où enseigne Laurent LEFRANÇOIS. Pour les horaires de Dinan et de Dinard, connectez-vous au site Internet :
www.armorile-karate.fr

Adresse email : contact@armorile-karaté.fr



Règlement intérieur

IMPORTANT

*Le dossier d'inscription devra être remis, **COMPLET**, aux responsables du Club au plus tard le **09/10/2026**.*

*Pour des raisons d'assurances, les personnes qui ne remettront pas leur dossier complet à cette date se verront refuser l'accès au dojo ; il leur sera donc **IMPOSSIBLE** de participer aux cours.*

Dès lors que vous vous inscrivez au Karaté club de l'Arguenon, vous vous engagez à respecter le règlement intérieur de l'association. Le non-respect du règlement autorise le professeur à exclure immédiatement son auteur du dojo.

Article 1 : Les pratiquants (enfants) sont sous la responsabilité du professeur **uniquement pendant les cours et dans l'enceinte du dojo.**

Le cours commence par le salut et finit par le salut. Les enfants sont donc **sous l'entière responsabilité des parents avant le salut (sur le parking, dans les vestiaires...) et après le salut.**

Article 2 : Le Karaté club de l'Arguenon est une école d'arts martiaux. Son bon fonctionnement concerne tout un chacun.

Le karatéka doit respecter son partenaire (qui n'est pas son adversaire). Pour cela, la propreté corporelle et celle de son kimono, la politesse, la prévenance et la non brutalité sont autant d'atouts.

Article 3 : Lorsque l'on entre dans le dojo, on se doit d'adopter une attitude particulière. Des usages sont de rigueur telle que respecter l'étiquette et la tradition des arts martiaux. Chacun se devra d'observer ce qui se fait et s'informer auprès des plus anciens pour connaître toutes les règles afin d'être en harmonie avec les autres. Les élèves les plus avancés sont responsables de la discipline et de l'étiquette, auxquelles il ne sera toléré aucun manquement. Tout pratiquant qui ne respecterait pas les règles et habitudes de son groupe sera **immédiatement exclu, sans dommages et intérêts.**

Article 4 : L'hygiène corporelle et vestimentaire sera irréprochable. Les ongles seront **soigneusement** coupés (ongles longs = danger). Il va de soi que chacun veillera à la propreté des lieux et prendra soin du matériel mis à disposition. Toute personne n'ayant pas une hygiène suffisante sera renvoyée aux vestiaires. Lors des entraînements, le port de bagues, piercings, colliers et autres bijoux est interdit.

Article 5 : Toutes les personnes qui s'entraînent doivent être à jour de leur cotisation. Les cotisations sont payables pour la saison, afin de réserver les cours. **Les cotisations ne sont en aucun cas remboursables après 7 jours,** sauf cas exceptionnel : maladie grave, maternité, hospitalisation, etc. et avec accord préalable des membres de l'association.

Si, pendant une période, vous ne pouvez pas vous entraîner, rien ne vous empêche de venir voir les cours et de continuer à vivre la vie du dojo.

Article 6 : Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés. Pour des raisons indépendantes de notre volonté (intempérie, absence du professeur, manifestation sportive, rythme scolaire, etc.) il est possible que durant la saison certains cours soient annulés. **Nous nous efforçons de prévenir tous les adhérents dans les meilleurs délais (envoi d'un mail/ affichage sur les portes de la salle de cours).** Les débutants peuvent être acceptés en cours de saison.

DATE ET SIGNATURE PRECEDEES DE LA MENTION « LU ET APPROUVE »

Annexe n°1 : QUESTIONNAIRE A DESTINATION DES LICENCIÉS MINEURS

« ANNEXE II-23 (Art. A. 231-3)

« 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 un garçon ☐

Ton âge : ____ ans

	OUI	NON
Depuis l'année dernière		
Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	☐	☐
As-tu été opéré(e) ?	☐	☐
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	☐	☐
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	☐	☐
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	☐	☐
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	☐	☐
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	☐	☐
As-tu eu beaucoup de mal à respirer <u>pendant</u> un effort par rapport à d'habitude ?	☐	☐
As-tu eu beaucoup de mal à respirer <u>après</u> un effort ?	☐	☐

As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	☐	☐
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	☐	☐
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	☐	☐
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué(e) ?	☐	☐
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	☐	☐
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	☐	☐
Te sens-tu triste ou inquiet ?	☐	☐
Pleures-tu plus souvent ?	☐	☐
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	☐	☐
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	☐	☐
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	☐	☐
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	☐	☐
Questions à faire remplir par tes parents		
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 ?	☐	☐
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	☐	☐
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.)	☐	☐

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.

Annexe n°2

**ATTESTATION SUR L'HONNEUR DE REPONSE AU CONTENU DU QUESTIONNAIRE RELATIF
A L'ETAT DE SANTE DU SPORTIF MINEUR EN VUE DE L'OBTENTION, DU
RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE OU DE L'INSCRIPTION A UNE COMPETITION**

LICENCIÉ MINEUR

Je soussigné(e) _____

exerce l'autorité parentale sur _____

atteste avoir complété conjointement avec mon enfant l'ensemble du « Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur » situé à l'ANNEXE II-23 (article A. 231-3 du code sport) et avoir conjointement répondu **négativement** à l'ensemble des items présentés.

Date et signature (de la personne exerçant l'autorité parentale) :