

**Les catégories d'âge pour la saison 2024-2025 au NAC**  
**Prise en compte du 1<sup>er</sup> septembre 2024 au 31 aout 2025**

\* Catégories effectives FFA à compter uniquement du 1er septembre

CATEGORIE	CODE	ANNEE NAISSANCE
Masters	VE	1990 et avant
Seniors	SE	1991 à 2001
Espoirs	ES	2003 à 2005
Juniors U20	JU	2006 et 2007
Cadets U18	CA	2008 et 2009
Minimes U16	MI	2010 et 2011
Benjamins U14	BE	2012 et 2013
Poussins U12	PO	2014 et 2015
École d'Athlétisme U10	EA	2016 à 2018

Adresse : [kieffer.jeanpierre@gmail.com](mailto:kieffer.jeanpierre@gmail.com)  
Site internet NAC : [neubourgac.e-monsite.com](http://neubourgac.e-monsite.com)

Tel : 06 – 61 – 79 – 95 – 78

## Cotisation et aide au paiement

### LA COTISATION COUVRE :

- ✓ L'accès au stade et vestiaires, gymnases à certaines périodes de l'année.
- ✓ **au stade Marcel Guillot, sous contrôle d'un entraîneur présent.**
- ✓ La licence FFA
- ✓ La couverture d'assurance fédérale
- ✓ **L'adhésion au club**
- ✓ Le maillot du club (obligatoire) pour les nouveaux licenciés, cotisation nouvel adhérent (1)
- ✓ Les inscriptions\* (par décision du comité directeur lors de la réunion de juillet 2015) sauf les licences Running et santé, pour les compétitions prises en charge par le club, voir conditions P 4.
- ✓ Inscriptions gratuites à toutes les compétitions organisées par le club
- ✓ Pour les athlètes qualifiés aux Championnats de France (stade, salle, marche, 10km, semi-marathon, marathon, 100km, trail, cross-country, marche athlétique, marche nordique), le déplacement est pris en charge dans la limite de la France métropolitaine. Hébergement si nécessaire.(selon la circulaire financière)

**TARIF FAMILIAL DEGRESSIF** : 10€ sur la deuxième licence, 15€ sur la troisième licence, 15€ sur les licences suivantes. Cette réduction concerne les personnes d'un même ménage (conjoints, parents + enfants à charge, frères et sœurs à charge des parents) pour l'année considérée d'inscription au club. **Pas de tarif dégressif sur la licence Running, loisirs santé et Marche Nordique loisirs.**

## AIDES AU PAIEMENT :

Pass'sport 2024) validité 1<sup>er</sup> juillet au 31 decembre 2024

Les coupons atouts Normandie délivré par la région aux 15-25 ans ;

voir : site <https://atouts.normandie.fr>

Les coupons sport éventuellement délivrés par les C.E.

Les chèques vacances (attention à la date de validité !)

# Cotisation :

Les règlements par chèque devront être libellés à l'ordre du N A C

	Renouvellement	(1) Nouvel adhérent
(avec maillot)		
Benjamins, Minimes, Cadets, Ju, Esp, Se, Masters, Marche Nordique compétition :	150€	160€
-----		
Poussin, Eveil (licence découverte) :	160€	160€
-----		
Licence Running*, loisirs santé*, Marche Nordique loisirs* :	115€	115€
(*maillot en option pour ces 3 licences)		

Lors de la remise du dossier complet, il vous faudra vous acquitter du règlement de la cotisation totale si vous n'avez aucune aide présentée ci-dessus.

Si vous avez droit au Pass'sport 2024, veuillez joindre l'attestation que vous avez reçu et dans ce cas seulement vous pouvez déduire 50€ du règlement. Voir circulaire jointe.

Si vous avez droit aux coupons "Atout Normandie", veuillez joindre l'attestation d'obtention de ces coupons, et dans ce cas seulement vous pouvez déduire la participation définie par la région,

**TOUS DOSSIERS NE RESPECTANT PAS LES CONDITIONS, SERA REFUSE**

## Pièces justificatives

- 1 photo (obligatoire pour les nouveaux licenciés)
- photocopie d'une pièce d'identité (obligatoire par la FFA) pour les nouveaux licenciés
- le bulletin d'adhésion dûment rempli, daté et signé (annexe 2)
- soit un certificat médical pour les adultes ; ou le questionnaire santé adulte (si CM date de moins de 3 ans)
- Soit le dossier médical pour les mineurs
- une autorisation des parents ou tuteur légal envers le club à hospitalisé le mineur en cas de nécessité médicale (voir ci-dessous)
- le paiement complet de la cotisation (chèque à l'ordre du NAC, maxi en 2 fois, coupons sports, chèques vacances, coupon "Atouts Normandie" délivrés par la région, Pass'sport 2024)

**LES DOSSIERS COMPLETS SONT A  
REMETTRE**

**AU PLUS TÔT A VOTRE ENTRAÎNEUR**



# CERTIFICAT MEDICAL

Certificat médical – de 18 ans :

À la suite du décret n° 2021-564 du 7 mai 2021, relatif aux modalités d'obtention et de renouvellement d'une licence d'une fédération sportive ainsi qu'aux modalités d'inscription à une compétition sportive autorisée par une fédération délégataire ou organisée par une fédération agréée, pour les mineurs hors disciplines à contraintes particulières, il apparaît une suppression du certificat médical pour les mineurs.

Ainsi, lors de l'adhésion, le Club devra obligatoirement :

s'assurer, pour les licenciés mineurs, quel que soit le type de licence, que le titulaire de l'autorité parentale atteste avoir rempli, avec son enfant, le questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur prévu par le Code du Sport (ou, à défaut, que le licencié mineur ait fourni un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de l'Athlétisme datant de moins de six mois au moment de la prise de licence sur le SI-FFA) ;

s'il répond « non » à l'ensemble des questions, la licence pourra être créée ou renouvelée , dans le cas contraire, le licencié devra présenter un nouveau certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de l'Athlétisme datant de moins de 6 mois au moment de la prise de licence dans le SI-FFA.

Pour consulter le contenu du questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur, qui se substitue au certificat médical, référez-vous à l'exemplaire spécifié sur la circulaire administrative 2024-2025 ci-dessous.

## TEXTE EXTRAIT DE LA CIRCULAIRE MINISTERIELLE

Article 2.1.2 des Règlements généraux de la Fédération Française d'Athlétisme :

Les personnes qui demandent une Licence, à l'exclusion des non-pratiquants (Licence Athlé Encadrement), doivent produire un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'«athlétisme» ou de l'«athlétisme en compétition» selon leur Licence.

Ce certificat médical, établi par un médecin de leur choix, doit être délivré suivant la réglementation en vigueur et doit être daté de moins de six mois au moment où la demande de création ou de renouvellement de la carte d'adhérent.

**ATTENTION SI VOTRE PRECEDENT CERTIFICAT MEDICAL DATE DE 2022, IL VOUS FAUT IMPERATIVEMENT UN NOUVEAU CERTIFICAT MEDICAL DATANT DE MOINS DE 3 MOIS PAR RAPPORT A LA DATE DE VOTRE DEMANDE DE RENOUELEMENT ; VOUS AVEZ OU VOUS ALLEZ RECEVOIR DE LA PART DE LA FFA UN MAIL A CE SUJET.**

# QUESTIONNAIRE SANTE MOINS DE 18 ANS

## QUESTIONNAIRE RELATIF A L'ETAT DE SANTE DU SPORTIF MINEUR EN VUE DE L'OBTENTION OU DU RENOUELEMENT D'UNE LICENCE

**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 <input type="checkbox"/> un garçon <input type="checkbox"/>		Ton âge : ___ ans	
<b>Depuis l'année dernière</b>		<b>OUI</b>	<b>NON</b>
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré (e) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)</b>			
Te sens-tu très fatigué (e) ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Aujourd'hui</b>			
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Questions à faire remplir par les parents</b>			
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 ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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.)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :**

Le sportif mineur devra fournir un certificat médical d'absence de contre-indication pour obtenir ou renouveler sa licence. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

**Si vous avez répondu NON à toutes les questions :**

Vous n'avez pas de certificat médical à fournir pour votre enfant mineur. Simplement atteste, en remplissant ce questionnaire sur son espace personnel en ligne ou en retournant une version papier au Club, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

DATE

NOM ET SIGNATURE

# QUESTIONNAIRE SANTE ADULTE AYANT UN CERTIFICAT MEDICAL DE MOINS DE 3 ANS

## RENOUVELLEMENT DE LICENCE QUESTIONNAIRE DE SANTE " QS-SPORT "

Ce questionnaire de santé, **destiné aux personnes majeures**, permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.  
Au minimum, la présentation d'un certificat médical sera exigée tous les trois ans.

RÉPONDEZ AUX QUESTIONS SUIVANTES PAR OUI OU PAR NON.

Durant les douze derniers mois :

- |   | OUI                      | NON                      |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

À ce jour :

- |  |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur par suite d'un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc.) survenu durant les 12 derniers mois ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.**

**Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :**

Vous devez fournir un certificat médical d'absence de contre-indication pour renouveler votre licence. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

**Si vous avez répondu NON à toutes les questions :**

Vous n'avez pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, en remplissant ce questionnaire sur votre espace personnel en ligne ou en retournant une version papier au Club, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

DATE

NOM ET SIGNATURE

**Questionnaire à remplir sur votre espace personnel site FFA ou à fournir au club**

**Certificat médical pris en application des articles L. 231-2 et L. 231-2-2 du Code du Sport  
(Licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Découverte, Athlé Running, Marche  
Nordique, Pass Running)**

**Certificat médical - Athlé santé**

Je soussigné, Docteur :

---

Demeurant à :

---

Certifie avoir examiné ce jour M. / Mme / Melle :

---

Né(e) le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Demeurant à :

---

Et n'avoir constaté, à ce jour, de contre-indication à la pratique de l'**athlétisme en compétition**.

**Je l'informe de l'intérêt de déposer auprès de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) une demande d'Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT) en cas d'utilisation, même ponctuelle, de produits susceptibles d'entraîner une réaction positive lors d'un contrôle anti-dopage.**

Fait à

Le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Cachet et signature du médecin

## Conditions de participation du club aux engagements des compétitions & déplacements.

Par décision du comité directeur lors de la réunion de juillet 2015, le club prendra en charge des engagements selon les conditions suivantes pour les athlètes ayant opté pour une licence compétition, (sauf les licences Running et santé),

Cross-country : les cross habituels ayant une présence générale du club (Louviers, Evreux et championnats)

Route & marche nordique : plafonné à 3 courses classantes et qualificatives sur route de la ligue de Normandie pour les épreuves sur route (maxi 1 marathon et 1 semi-marathon dans la ligue de Normandie) manches de la coupe de France du Marche Nordique Tour ; plus les championnats Nationaux.

**Sous conditions de participer** : aux départementaux ou régionaux de cross, 10km, semi-marathon, indoor, marche Athlétique ou Nordique suivant les catégories ; **ainsi qu'à au moins un tour** des Interclub à la demande du Président. (1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> week-end de mai)  
Honorer sa qualification au pré-France ou France.

Remboursement des frais de déplacements : déclaration en dons via votre déclaration d'impôts, ou remboursement sur la base du carburant consommé (ticket à fournir). Frais de repas : 22€ (si plus à charge de chacun).

**Pour les mineurs, les parents de ceux-ci s'engagent à participer à un minimum de déplacements (3) par saison afin d'aider le club ; à aider au déroulement des compétitions en participant aux jurys et à aider lors des épreuves organisées par le club, les jeunes s'engagent à aider pour l'organisation des compétitions organisées par le club, et peuvent être sollicités pour encadrer les petites catégories.**

Lu et approuvé, le / /  
la licence

signature du demandeur de

### > Autorisation des parents ou du tuteur légal pour les mineurs

Pratique de l'athlétisme

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_, autorise mon fils ou ma fille \_\_\_\_\_

à pratiquer l'athlétisme et faire des compétitions au Neubourg A C pour la saison 2022/2023, et autorise les responsables à faire pratiquer les soins d'urgence en cas de blessure ou d'accident lors des entraînements et compétitions.

Fait à \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_ Signature

Prélèvement sanguin pour les athlètes mineurs

Conformément à l'article R.232-45 du Code du Sport, dans le cadre de la lutte contre le dopage, je soussigné(e)

\_\_\_\_\_, en ma qualité de \_\_\_\_\_ (père, mère, représentant légal)  
de l'enfant,

autorise la réalisation de prélèvement nécessitant une technique invasive, notamment un prélèvement de sang.

Fait à \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_ Signature



## Lutte contre le dopage

### CONTRÔLES ANTI-DOPAGE

Dans le cadre de la lutte contre le dopage **des contrôles peuvent être effectués à tout moment.**

**Ils concernent tous les athlètes quel que soit leur niveau ou leur catégorie d'âge** (même les plus jeunes sont concernés). Ils peuvent être effectués au cours d'une compétition ou à l'entraînement.

### IMPORTANT

✓ **Signalez bien à votre médecin que vous faites du sport en compétition.** Il possède la liste des produits interdits. S'il est obligé de vous prescrire l'un d'entre eux ou si votre état nécessite un traitement régulier, cela doit être soumis à autorisation ou faire l'objet d'une **déclaration d'usage à des fins thérapeutiques** auprès de l'AFLD (Agence Française de la Lutte contre le Dopage).

✓ **La prise de Ventoline** n'est plus soumise à autorisation ou déclaration d'usage à des fins thérapeutiques auprès de l'AFLD, une prescription médicale reste cependant nécessaire dans le cadre de votre pratique sportive.

✓ **ATTENTION À L'AUTOMÉDICATION.** En cas du moindre doute, demandez l'avis d'un médecin.

✓ Un athlète contrôlé positif peut encourir **jusqu'à quatre ans de suspension.**

✓ Vous pouvez consulter **la liste des produits interdits** au secrétariat du club et sur les sites internet : du Ministère de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative ([www.santesport.gouv.fr](http://www.santesport.gouv.fr)) ou de l'Agence Française de la Lutte contre le Dopage ([www.afld.fr](http://www.afld.fr)).

***Vous prenez des médicaments? Vous faites de la compétition? Prévenez votre médecin!***

## Bénévolat

Le NAC est une **association loi 1901** dirigée par des **bénévoles** et qui compte plus de 200 **licenciés**. En adhérant au NAC, vous avez la possibilité de participer à la vie du club, en apportant votre aide sur une ou plusieurs des nombreuses compétitions au cours de la saison ainsi qu'aux événements que nous organisons, en intégrant l'une de nos commissions (organigramme disponible au secrétariat) ou en encadrant et/ou en accompagnant nos jeunes, en vous engageant en tant que **juges (les formations sont prises en charge par le club)**, etc... **Merci d'avance de contribuer à la vie et au rayonnement du club !**

**On compte sur vous !** si vous êtes disponible et intéressé(e), signalez-le au secrétariat ou à un entraîneur.

## Boutique

✓ **Le maillot de compétition du NAC OU EAE (débardeur, bustier ou maillot) est OBLIGATOIRE sur TOUTES LES COMPETITIONS.**

Vous pouvez acheter les tenues officielles du NAC directement au secrétariat du club (produits disponibles tout au long de l'année).

✓ Il existe différents produits sur le site dans la rubrique «**Boutique NAC**», tee-shirt, veste, collant, short, cuissard, corsaire... Nous effectuerons deux commandes collectives par an.

Plus d'infos le site du club : [www.neubourgac.e-monsite.com](http://www.neubourgac.e-monsite.com) (Rubrique « Boutique »).

## Partenaires

Nos partenaires sont actuellement :

- Ets Josse Le Neubourg
  - Transport Barbé Conches
  - Clé en main, immobilier Le Neubourg
  - OD RUN podologie & chaussures de sport à Rouen et Evreux
  - Foul&es Georget Louviers (remise 15% sur le running et marche nordique avec licence)
- Intersports Evreux, Bernay et Tourville (carnet tickets de remise et présentation de la licence)

### ADRESSE UTILE

- Le site du Club <http://neubourgac.e-monsite.com/>
- Comité départemental d'athlétisme <http://eure.athle.com/>  
Toute les informations sur les compétitions dans l'Eure (résultats horaires, etc...)
- Ligue de Normandie d'athlétisme <http://normandie.athle.fr/>  
Toute les informations sur les compétitions en Normandie (résultats horaires, etc...)
- Site Normandie course à pied <http://www.normandiecouseapied.com/>  
Toute les informations sur les compétitions en Normandie
- Fédération française d'athlétisme <https://www.athle.fr/>  
Toute les informations sur les compétitions, les règlements, accès au bilans, et beaucoup plus