



FICHE D'INSCRIPTION

Activité :

- Séances A2S (Longe Côte, Longe Fit, Fit'Palmes, Fit'Nature...)
 Cours particuliers de Natation ou d'Aquaphobie

Type de forfait :

- | | | | | | |
|-----------------------|------------|--------------------------|----------------------------|----------|--------------------------|
| <u>Forfaits A2S :</u> | 1 séance | <input type="checkbox"/> | <u>Forfaits Natation :</u> | 1 cours | <input type="checkbox"/> |
| | 10 séances | <input type="checkbox"/> | | 5 cours | <input type="checkbox"/> |
| | 20 séances | <input type="checkbox"/> | | 10 cours | <input type="checkbox"/> |
| | Illimité | <input type="checkbox"/> | | | |

Renseignements :

Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : ___ / ___ / _____

Adresse : _____

Tél. : ___ - ___ - ___ - ___ - ___

Mail : _____ @ _____

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. : ___ - ___ - ___ - ___ - ___

Fait à _____, le ___ / ___ / _____

Signature :



REGLEMENT A2S

Mail : pierre@aquasportsante.fr

Tél. : 06 09 88 74 44

Pierre Couriaut - 23, rue Claude Debussy - 56700 HENNEBONT

1. Inscription

Elle se fait en complétant la fiche d'inscription par un parent ou le tuteur légal s'il s'agit d'un enfant, ou par la personne intéressée si elle est majeure, ainsi que par la signature de ce règlement. L'intégralité du paiement se fait à l'inscription par chèque à l'ordre d'Aqua Sport Santé ou en espèces. Toutefois pour les abonnements annuels un paiement en 3 fois est possible.

2. Tarifs

Les tarifs pour les activités extérieures A2S sont les suivants :

- 10 euros la séance unique
- 85 euros le forfait de 10 séances
- 150 euros le forfait de 20 séances
- 360 euros l'abonnement annuel (nombre illimité de séances sur 1 an)

Les tarifs pour les cours de natation et d'Aquaphobie sont les suivants :

- 20 euros la leçon
- 85 euros les 5 leçons
- 170 euros les 10 leçons

3. Abonnements et Forfaits

L'abonnement annuel est nominatif, et ne peut être utilisé que pour une seule personne. Il est valable 1 an à partir de la date à laquelle la première séance est suivie. Il ne sera disponible qu'à partir du **1^{er} septembre 2017**.

Les forfaits de 10 ou 20 séances sont valable 1 an à partir de la date de la première séance suivie. Ils peuvent être utilisés par une ou deux personnes maximum par séance (2 pratiquants réguliers ou 1 pratiquant régulier + 1 invité).

Si le pratiquant ne peut suivre les séances pour des raisons de santé et que son forfait ou son abonnement arrive à échéance, la durée de celui-ci peut-être rallongée sur présentation d'un certificat médical.

4. Les Activités Aqua Sport Santé (A2S)

Les Activités extérieures A2S sont les suivantes :

- Longe Côte : Aussi appelé Marche Aquatique Côtière. Discipline douce permettant un travail combiné de l'ensemble des muscles du corps et du système cardio-respiratoire. **C'est LA discipline Sport-Santé !**
Pas de prérequis. Durée : environ 1h selon les conditions météorologiques.
- Fit'Palmes : Nage avec palmes pour découvrir ou redécouvrir le littoral à l'aide d'un support flottant (Bodyboard, planche, frite...). Travail musculaire à la clé (Cuisse-Abdos-Fessiers), permettant de raffermir les tissus et de redessiner la silhouette. L'effort demandé développe aussi les systèmes cardio-vasculaire et respiratoire. Conjuguez **effort** et **réconfort** !
Prérequis : Savoir nager. Durée : environ 1h.
- Longe Fit : Associant les déplacements du Longe Côte et des exercices de natation et de fitness, cette discipline développera vos capacités cardio-pulmonaires et musculaires grâce aux nombreuses variations qu'elle propose durant une séance (intensités multiples, nombreuses régions musculaires sollicitées, changements réguliers de milieu de pratique). **Fun** et **complète** à la fois !
Pas de prérequis. Durée : environ 1h selon les conditions météorologiques.
- Fit'Nature : Dérivé du fitness, c'est un cours de renforcement musculaire en plein air où beaucoup de compétences seront développées (proprio, force, souplesse, habileté, coordination). Simple, **efficace** et **revitalisante** !
Pas de prérequis. Durée : entre 45 minutes et 1h.

Le planning de ces activités est établi tous les mois et est visible sur la page Facebook dédiée à A2S. Il est également disponible par mail sur simple demande.

A partir du **1^{er} septembre 2017** les effectifs maximum pour ces activités seront :

- 16 personnes pour le Longe Côte, Longe Fit et Fit'Nature
- 8 personnes pour le Fit'Palmes.

Les Activités en piscine A2S sont les suivantes :

- Cours de natation : leçons particulières de natation pour enfant et adulte. Apprentissage de la nage et perfectionnement (Brasse, Dos, Crawl...).
Jetez-vous à l'eau ! Durée : 30 minutes.
- Cours d'Aquaphobie : Seul, à deux ou trois, venez vaincre votre peur de l'eau ! Se familiariser avec le milieu, apprendre à flotter, à se déplacer...
Être à l'aise dans l'eau ! Durée : 30 minutes.

5. Responsabilité d'Aqua Sport Santé

Le pratiquant est pris en charge à partir du moment où il se présente au maître-nageur responsable de la séance jusqu' à la fin de la séance.

La fin de la séance peut être annoncée avant le temps imparti dans les cas suivants :

- Conditions météorologiques dégradées,
- danger matériel menaçant la sécurité des pratiquants détecté durant la séance,
- blessure d'un pratiquant nécessitant des soins de premiers secours et/ou une évacuation.

En piscine (AquaBlum), Le pratiquant ne laisse pas d'objet de valeur dans les vestiaires, Aqua Sport Santé se libère de la responsabilité de vol, de bris ou de casse d'objet personnel. Aqua Sport Santé décline toute responsabilité pour les agissements d'un pratiquant et ses conséquences en dehors de l'activité.

6. Assurance

Votre encadrant a souscrit à une Responsabilité Civile Professionnelle auprès de la F.N.M.N.S. sous le code adhérent : 54160.

En cas d'accident pendant la séance :

- Si la responsabilité du moniteur est mise en cause, cette « R. C. Pro » couvre les dommages du pratiquant.
- Si la responsabilité du moniteur n'est pas mise en cause, il n'est pas prévu d'assurance individuelle accident. Dans ce cas, les dommages sont couverts par les assurances obligatoires que doit souscrire le pratiquant dans le civil, lié au cadre scolaire ou par la Sécurité Sociale, et, dans la plupart des cas, par l'assurance Individuelle Accident grâce à laquelle il est couvert dans le cadre familial.

Il en est de même pour les élèves des cours de natation ou d'Aquaphobie, dans le cas où un accident surviendrait entre l'entrée dans le bâtiment d'AquaBlum et le bassin. Dans tous les cas, AquaBlum déclinera toute responsabilité si la victime n'est pas un de ses clients. Par conséquent, lors des cours de natation ou d'Aquaphobie, seul l'apprenant est sous la responsabilité du maître-nageur.

7. Engagement d'Aqua Sport Santé

L'encadrant est titulaire des diplômes d'éducateur sportif, de Maître-Nageur et de secouriste. Respectivement :

- B.P. - J.E.P.S. Activités Physiques pour Tous
- B.E.E.S.A.N. (Maître-Nageur)
- P.S.E. 1 (secouriste)

Il est à jour concernant les révisions quinquennale ou annuelle de ces diplômes et dispose pendant ses cours d'un moyen d'appel au S.D.I.S. 56 et est équipé d'une trousse de premiers secours. La sécurité du groupe et l'intégrité physique des participants est primordiale.

8. Engagement du pratiquant

Le pratiquant s'engage sur l'honneur à être en bonne condition physique et ne pas avoir de contre-indication à la pratique de l'activité à laquelle il s'inscrit.

Pour la Rando Fit'Palmes, il certifie sur l'honneur savoir nager.

La prise de traitement médical ou problème de santé doit être impérativement décrit au moniteur avant la séance.

Dans le cas des cours de natation, l'apprenant s'engage à respecter les créneaux horaires qu'il a réservés. La séance sera décomptée si l'apprenant ne prévient pas au plus tard, la veille du cours prévu. Seul l'apprenant à accès au bassin, les accompagnants pourront être présents au bord de celui-ci.

9. Annulation

Aqua Sport Santé se réserve le droit d'annuler une séance si les conditions l'exigent ou s'il y a un nombre trop faible de participants (4 minimum en Longe Côte et 3 minimum en Fit'Palmes).

Les montants versés à l'avance pourront soit être reportés sur une séance ultérieure, soit seront intégralement remboursés sans pour autant donner droit à un versement d'indemnité.

10. Photographies et vidéos

Aqua Sport Santé utilise librement les photographies et vidéos prises lors des séances pour la promotion de ses activités. Un accord peut être établi dans le cadre de la protection des droits à l'image.

Les publications de photographies et/ou de vidéos sur Facebook ne donnent pas la possibilité à qui que ce soit, autre qu'à l'administrateur de la page « *Aqua Sport Santé* », de pouvoir identifier des personnes. Aucune identification ne sera donc faite sans l'accord préalable de la personne concernée ou à sa demande expresse.

Signature précédée de la mention

« lu et approuvé »

Le ___ / ___ / _____

à _____

Une **ACTIVITE** en harmonie avec votre **SANTE**