

PUJOLS SPORT SENIOR SANTÉ
Affiliée à la Fédération Française de la Retraite Sportive
Agrément Sports n° 4797215414



Mairie – 2 côte du Mont Pujols – 47300 PUJOLS
✉ p3s.pujols@gmail.com
<https://www.pujols-sport-senior.fr>

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Le présent règlement est destiné à fixer les divers points non prévus dans les statuts, notamment ceux qui ont trait au respect des valeurs de l'association et aux modalités pratiques de fonctionnement.

I. ACTIVITÉS PRATIQUÉES

1. Activités sportives

- Badminton
- Danse en ligne
- Gymnastique
- Pétanque
- Randonnée pédestre
- Tir à l'arc
- Tennis de table
- Cyclotourisme (VAE)
- Yoga sur chaise

2. Activités culturelles et de loisirs

- Patchwork-Broderie
- Conversation anglaise
- Couture : Initiation confection
- Généalogie
- Informatique

Cette liste est susceptible d'évolution.

La pratique des activités a lieu uniquement en présence d'un animateur fédéral ou habilité par l'association.

Avant adhésion, une initiation d'une durée maximale de deux séances est autorisée.

A titre exceptionnel, l'adhérent(e) peut être accompagné(e) d'une personne non adhérente, avec l'accord de l'animateur. Cette personne est sous la seule responsabilité de l'adhérent et doit se conformer au respect du règlement intérieur.

II. INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Les inscriptions à la FFRS et les assurances associées sont valables du 1^{er} septembre au 31 août de l'année suivante.

Elles devront être faites sur le site de la FFRS soit directement via l'espace Adhérent (à privilégier), soit en présentiel. Lors de son inscription, l'adhérent devra :

- accorder ou refuser son droit à l'image,
- avoir pris connaissance du document d'information sur l'assurance
- avoir pris connaissance des recommandations santé de la Commission médicale (en cliquant sur le lien)
- avoir pris connaissance du Règlement intérieur du club (en cliquant sur le lien).

En outre, tous les membres du Comité Directeur et les animateurs devront accepter la vérification d'honorabilité.

L'adhérent pourra régler sa cotisation (licence incluse) soit via le site lors de son inscription par carte bancaire, soit auprès du club (par chèque ou virement bancaire).

Après le délai de rétractation de 14 jours, les cotisations versées à PUJOLS SPORT SENIOR SANTÉ sont définitivement acquises. Après adhésion définitive, aucun remboursement ne sera effectué, pour quelque motif que ce soit.

III. CODE DE CONDUITE DES ADHÉRENTS

Chaque adhérent s'engage sur la base des statuts de l'association et de son règlement intérieur.

Les activités de chacun doivent s'effectuer dans le respect des valeurs et de l'éthique de l'association.

Un adhérent, par ses actions ou ses déclarations, ne devra pas entraîner de préjudice moral ou matériel à l'association. Aucune discrimination ne pourra être tolérée : origine, sexe, mœurs, orientation sexuelle, convictions religieuses, orientations politiques...

Chaque participant à une activité se place sous l'autorité de l'animateur responsable de cette activité. Il respecte les consignes et décisions de l'animateur. Les comportements dangereux, entre autres, ne peuvent être tolérés.

Le président a autorité pour faire respecter ces règles.

IV. ASSEMBLÉES GÉNÉRALES

L'Assemblée Générale se compose des membres de l'association. Elle se réunit au moins une fois par an, sur convocation du président, à la date fixée par le Comité directeur. L'ordre du jour est fixé par le Comité directeur.

A titre exceptionnel, l'association pourra, en cas de besoin et si la situation le nécessite, mettre en œuvre un vote par correspondance ou par tout autre moyen numérique, ces derniers ne pourront toutefois pas être utilisés pour les votes portant sur les personnes.

V. SITE INTERNET – FICHIER DES ADHÉRENTS – DROIT À L'IMAGE

❖ Site Internet

Les utilisateurs du site internet www.pujols-sport-senior.fr reconnaissent disposer de la compétence et des moyens nécessaires pour accéder à ce site et l'utiliser. Ils sont tenus de respecter les dispositions de la loi relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, dont la violation est passible de sanctions pénales.

Ils doivent notamment s'abstenir, s'agissant d'informations nominatives auxquelles ils accèdent, de toute collecte, de toute utilisation détournée et d'une manière générale, de tout acte susceptible de porter atteinte à la vie privée ou à la réputation des personnes.

❖ Fichier des adhérents

Les informations recueillies lors de l'adhésion sont traitées sur le site de la FFRS et sont nécessaires à l'association. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au Bureau de PUJOLS SPORT SENIOR SANTÉ. Elles sont utilisées dans le cadre des activités et chaque responsable d'activité a accès à la liste et aux coordonnées des participants à son activité.

Les informations sont communiquées à la FFRS, fédération à laquelle est affiliée PUJOLS SPORT SENIOR SANTÉ.

En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, chaque adhérent(e) bénéficie d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui le ou la concerne. Pour exercer ce droit et obtenir communication des informations, il suffit de s'adresser au secrétariat de PUJOLS SPORT SENIOR SANTÉ.

❖ Droit à l'image

L'administrateur du site internet www.pujols-sport-senior.fr s'assure du respect des valeurs dans les publications mises en lignes (articles, photos, etc.).

Toute personne a, sur son image et sur l'utilisation qui en est faite, un droit exclusif qui lui permet de s'opposer à sa reproduction sans son autorisation expresse et spéciale. Pour cela, il lui suffit de faire connaître, lors de son adhésion ou du renouvellement de son adhésion, son souhait, en cochant ou non la case correspondante « Droit à l'image ». Dans le cas d'un refus, l'adhérent devra veiller à ne pas se présenter sur les photos du club, notamment celles prises en groupe.

VI. FRAIS ENGAGÉS PAR LES BÉNÉVOLES

Les bénévoles peuvent être amenés à engager des frais sur leurs propres deniers pour le compte de l'association (exemples : transports et déplacements, achats de matériels, etc.). Le bénévole ayant supporté une dépense pour le compte de l'association peut légitimement demander à celle-ci le remboursement de ses frais. Mais, il peut également en faire un don à l'association et bénéficier ainsi de la réduction d'impôt sur le revenu.

1. Frais engagés :

Le bénévole présente à l'association les pièces justificatives des divers achats effectués pour en demander le remboursement.

2. Déplacements effectués pour le compte de l'association par les animateurs bénévoles dans le cadre de leurs activités :

Deux possibilités de traitement :

- a) Le bénévole est imposable :** il déclare auprès de l'association les frais engagés pour le compte du club. Cet abandon de créance s'assimilant à un don, il pourra bénéficier de la réduction d'impôts en faveur des dons (art 200 du Code Général des Impôts).
- b) Le bénévole est non-imposable ou non soumis au régime fiscal français** (justificatif à fournir au trésorier) : il établit le relevé des kilomètres effectués pour le compte de l'association (selon le barème fiscal en vigueur) et en demande le remboursement.

La procédure relative aux remboursements / dons sera communiqué par le Bureau aux bénévoles concernés, à leur demande.

VII. COVOITURAGE

L'esprit du covoiturage réside dans le fait d'occuper toutes les places d'un seul véhicule, afin de limiter les coûts de déplacements individuels lors des sorties. Chacun est libre d'y participer ou non. Autant que faire se peut, il convient d'alterner l'utilisation des véhicules entre adhérents, l'amortissement des véhicules n'étant pas pris en compte.

Le conducteur atteste être en possession de son permis de conduire et de l'assurance du véhicule au jour du voyage et s'engage à respecter scrupuleusement la législation routière, notamment en matière de drogue et d'alcool.

L'indemnisation éventuelle du chauffeur se fera selon la règle : chiffrage du transport divisé par le nombre de passagers, chauffeur compris. Le chiffrage du transport repose uniquement sur le coût du carburant majoré des péages s'il y en a.

VIII. TRANSPORT COLLECTIF / MINIBUS

Certaines balades et excursions nécessitent la location de minibus. Règles à respecter :

Le ou les conducteur(s) :

Seuls les conducteurs déclarés au loueur (copie permis de conduire) sont habilités à piloter le véhicule désigné. Ils attestent être en possession de leur permis de conduire au jour du voyage et s'engagent à respecter scrupuleusement la législation routière, notamment en matière de drogue et d'alcool.

Les véhicules confiés font l'objet d'une franchise applicable en cas de sinistre.

La franchise sera prise en charge par l'Association, sauf si la responsabilité du conducteur est avérée pour infraction au Code de la Route.

Tous les passagers (y compris le conducteur) :

Toute dégradation du fait d'un acte de malveillance d'un passager relèvera de sa responsabilité et l'Association ne saurait être financièrement responsable de ses actes. Le responsable supportera les frais de remise en état du véhicule.

IX. RÈGLES SPÉCIFIQUES À CERTAINES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS PRATIQUÉES

Les règles spécifiques aux activités pratiquées actuellement font l'objet, pour certaines, de fiches particulières qui pourront être annexées au présent Règlement Intérieur.

Pour toutes les activités (sportives et culturelles), il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.

ACTIVITÉS HORS PROGRAMME

Les activités, autres que celles du programme hebdomadaire, font l'objet d'une information par mail et sur le site web.

Toute personne se présentant sans inscription et paiement préalables pourra se voir refuser l'accès de l'activité.

Fait à PUJOLS, le 6^r mai 2026

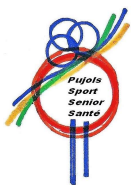
Le Comité Directeur
Représenté par



Denise MERCIER



Viviane LANDÈS



RANDONNÉE PÉDESTRE

La pratique de la marche en groupe doit se faire sans esprit de compétition ou de recherche de la performance.

Le marcheur s'engage à :

- respecter les horaires de départ fixés par le club ;
- participer au covoiturage ;
- avoir un équipement adapté : vêtement de pluie, bonnet ou casquette, chaussures de randonnée obligatoires, réserve d'eau, petit en-cas ;
- respecter strictement les consignes données par les animateurs, en particulier sur les axes routiers (gilet jaune) ;
- préserver la nature et les plantes ;
- ne rien jeter en chemin, fermer les barrières, ne rien cueillir sur les propriétés privées.

Nos amis les chiens ne seront pas admis.

Il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.



GYMNASTIQUE

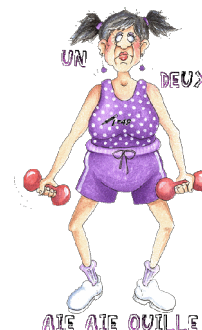
Il est demandé :

- d'avoir une tenue adaptée à la pratique sportive : vêtements non serrés et chaussures de sport ;
- de respecter les horaires et libérer la salle rapidement en fin de séance ;
- de prendre soin du matériel mis à disposition par l'Association et le ranger en fin de cours.

Ne pas oublier une bouteille d'eau.

Les chaussons ou chaussures de gymnastique, tirées du sac, sont obligatoires (semelles noires à proscrire).

Il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.





TIR À L'ARC / BADMINTON / TENNIS DE TABLE

Le prêt de matériel (arc ou raquette badminton) ne peut excéder six mois, renouvelable avec accord du responsable. L'achat de flèches est obligatoire (6 au minimum).

L'Association fournit les cibles pour le tir à l'arc, la table pour le tennis de table, les volants et les filets pour le badminton. Ce matériel ne peut être utilisé à des fins personnelles qu'avec l'accord d'un responsable de l'Association.

Le débutant est accueilli dans la salle, formé par des animateurs fédéraux ou habilités par l'Association, lesquels sont responsables de l'ouverture/fermeture des locaux mis à disposition et de l'application des règles de sécurité, notamment pour le tir à l'arc (Voir ci-après).

Le port de chaussures adaptées est impératif dans la salle (pas de semelles noires pouvant laisser des traces).

❖ Tir à l'arc – Règles de sécurité :

Définition du tir à l'arc :

Orienter et projeter une flèche vers une cible et répéter cette action avec précision un nombre de fois réglementé.

Risques individuels ou collectifs :

- Ne jamais lâcher la corde sans flèche encochée (risque de bris d'arc).
- Ne jamais passer devant une ligne d'archers sur le pas de tir.
- Ne pas aller ramasser une flèche tombée en avant, mais attendre la fin de la volée.
- Ne pas courir vers les cibles.
- Aborder les cibles par le côté et ne pas se tenir derrière l'archer qui enlève ses flèches de la cible.
- Ne pas utiliser de flèches trop courtes qui risqueraient de tomber du repose-flèche.
- Ne pas se déplacer avec les flèches à la main.
- Les archers doivent être placés sur une seule ligne de tir.
- Ne jamais pointer son arc vers une personne avec ou sans flèche encochée.
- Ne pas bander son arc, avec ou sans flèche encochée, en dehors du pas de tir.
- Ne jamais tenir horizontalement son arc sur le pas de tir.
- Ne jamais lâcher une flèche verticalement.
- Attendre le signal pour aller aux cibles.
- Pas de flèches dans les arcs lorsque les archers sont aux cibles.
- Respecter les consignes données par l'encadrement.



Il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.



CYCLOTOURISME (VAE)



Article 1 – Objet et champ d'application

1. Le présent règlement modifie le règlement intérieur de P3S
2. Il s'applique à tous les adhérents VAE et ceci pour toutes les activités de la section (sorties, Vae, Séjours VAE.)
3. Toute adhésion à la section Vae implique l'acceptation sans réserve du présent règlement intérieur.

Article 2 – Essai

- Une période d'essai gratuite de 1 à 2 sorties peut être accordée aux nouveaux membres avant adhésion définitive, dans les conditions fixées par le club P3S.

Article 3 – Acceptation des VAE / VTCE

1. Le club autorise l'usage de VAE, dans les sorties, à condition que ces engins respectent la réglementation en vigueur (ex : puissance maximale, assistance coupée au-delà d'une certaine vitesse, homologation du vélo).
2. Un Vae « débridé » ou modifié au-delà des normes légales ne peut pas être utilisé dans les sorties encadrées du club.
3. L'utilisateur d'un Vae déclare que son matériel est conforme aux normes et engage sa responsabilité personnelle.
4. Le club peut interdire certains types de matériel si, pour des raisons de sécurité ou de logistique, ils ne sont pas compatibles avec les sorties et voyage (poids, autonomie, fiabilité, etc.).

Article 4 – Horaires, calendriers,

1. Les horaires sont à respecter, le groupe ne peut pas attendre indéfiniment les retardataires (sauf accord préalable).
2. Le départ est donné à l'heure fixée, tout retardataire doit renoncer à la sortie.

Article 5 – Encadrement et responsabilités

1. Chaque sortie est placée sous la responsabilité d'un animateur fédéral désigné. Celui-ci donne les consignes de conduite, de sécurité et assure la cohésion du groupe.
2. Il peut aussi nommer un serre-file (SF) pour fermer le groupe.
3. Les consignes de l'animateur fédéral doivent être respectées sans discussion pendant la sortie.
4. Tout incident, accident, blessure ou casse de matériel doit être signalé rapidement au responsable ou à la présidence de P3S.

Article 6 – Sécurité, équipements, comportement

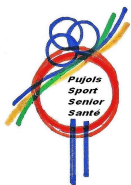
1. Le respect du Code de la route est impératif pour tous, en toutes circonstances.
2. Le port du casque NF EN 1078 est obligatoire pour tous les participants en sortie club.
3. Les adhérents doivent porter un gilet haute visibilité ou des vêtements aux éléments réfléchissants si la visibilité est réduite.
4. Les écouteurs, casque audio, ou tout dispositif pouvant gêner la perception du trafic sont interdits pendant les sorties.
5. Chaque adhérent est responsable de l'entretien de son vélo (freins, pneus, éclairage, chaîne, etc.) et doit se munir d'un kit de réparation de base (Bombes anti-crevaissons, outils).
6. En groupe, rouler en file indivisible, ne pas couper les virages sans visibilité, adapter l'allure selon le plus faible, respecter les distances de sécurité.
7. En cas de conditions météorologiques défavorables (orage, verglas, fortes pluies, canicule, etc.), la section cyclotourisme VAE décide d'annuler ou modifier une sortie. La participation reste, dans ces cas, sous la responsabilité individuelle.

Article 7 – Assurance et responsabilité

1. L'assurance liée à la licence fédérale couvre les adhérents pour les activités inscrites au calendrier de P3S
2. Le club ne peut être tenu responsable des dommages matériels ou corporels survenant en dehors des sorties officiellement organisées ou non couvertes par l'assurance.
3. L'adhérent renonce à tout recours contre P3S ou ses dirigeants en cas d'accident, sauf faute grave avérée.
4. P3S ne sera pas responsable des objets personnels (téléphones, sacs, etc.) oubliés ou endommagés pendant les activités.
5. Une assurance individuelle ou FFRS « Vae » est fortement conseillée.

Article 8 – Animaux de compagnie

- Lors de sorties ou voyages la présence en « panier, remorque, etc.... » d'un animal de compagnie est formellement interdite.



DANSE EN LIGNE

- Etre ponctuel(le).
- Quitter la séance discrètement si l'on doit partir avant l'heure de fin prévue.
- Garder le silence si l'on doit faire une pause.
- Respecter les interventions de l'animatrice durant les séances.
- Eviter les commentaires et bavardages.
- Attendre la fin de la séance pour soumettre une proposition ou faire un commentaire à l'animatrice.

Il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.



ACTIVITÉS CULTURELLES ET DE LOISIRS

- Les participant(e)s se doivent de respecter les horaires.
- Ils (elles) contribuent à la mise en place et au rangement du matériel et veillent au respect des consignes municipales.
- Concernant les travaux d'aiguille, le matériel utilisé doit être conforme à la sécurité (cutter auto rétractable, etc.).

Il est indispensable d'avoir sur soi : carte d'adhérent et document mentionnant les éventuelles recommandations médicales et les numéros de téléphone des personnes à prévenir.



Le Bar à Couture

