



## DOSSIER D'ADHESION - SAISON 2018-2019 à la SECTION ADULTES OMNISPORTS / ASD

### BIENVENUE A LA SECTION AO

En remettant votre dossier complet dûment rempli, vous devenez adhérent ou vous renouvelez votre adhésion à la section ADULTES OMNISPORTS (AO), au sein de l'ASD (Arts et Sports de Drancy) pour la saison 2018/2019.

#### QUI SOMMES-NOUS?

Créée en janvier 1997, avec 7 pratiquants et une seule activité artistique, elle compte à ce jour 500 adhérents et avec une cotisation annuelle de 61 € vous pouvez pratiquer une ou plusieurs activités parmi les 15 Activités Physiques Sportives & Artistiques (APS&A) Hebdomadaires et participer aux multiples initiatives communes.

#### QUEL EST SON BUT ?

Elle a développé en s'appuyant sur la confiance, la motivation de toutes et tous, une CONCEPTION OMNISPORTS permettant aux adultes de S'ASSOCIER pour concrétiser des projets correspondant à leurs BESOINS dans les domaines sportifs, physiques, corporels, artistiques, culturels, sociaux...

Ce choix a permis de développer au fil des saisons de nouvelles APS&A, des initiatives spécifiques aux activités, des initiatives communes, sans souci de compétition, dans le but de contribuer à l'épanouissement, au bien-être, au progrès, à la santé de chacun et au vivre ensemble, en s'appuyant sur les principes suivant :

- Tout est possible et envisageable à condition que les activités et les initiatives reposent sur des valeurs : plaisir - progrès de chacun -- respect mutuel - convivialité - solidarité.
- Toutes les activités, initiatives, actions sont décidées et mises en place par les animateurs et responsables avec la contribution des pratiquants lors de chacune des initiatives. Tous les animateurs et responsables sans exception sont membres et assument leurs responsabilités bénévolement.
- Une cotisation annuelle raisonnable et le choix de la mutualisation des moyens permettent de faciliter l'accès du plus grand nombre.

### LES ACTIVITES PHYSIQUES, SPORTIVES, CORPORELLES ET ARTISTIQUES

Consultez le site [www.asdrancy.fr](http://www.asdrancy.fr) - Section ADULTES OMNISPORTS



Toutes les activités reprennent dans les lieux de pratique dès le lundi 10 septembre 2018  
*Aucune activité durant les vacances scolaires*

### DANSES DE SALON

Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Lundi** : de 19h00 à 20h00 : confirmé  
De 20h00 à 21h00 : intermédiaire  
de 21h00 à 22h00 : débutant

### SALSA PORTORICAINE

Foyer DAISY – 35 Rue Daisy  
- **Mercredi** : de 19h00 à 22h00

### BADMINTON

Gymnase PAUL LANGEVIN - Rue St Stenay  
- **Lundi** : de 20h00 à 22h00  
Gymnase Joliot Curie - 107 av Jean Jaurès  
- **Jeudi** : de 20h30 à 22h00

### ZUMBA

Gymnase LAURA FLESSEL – Rue de la république  
- **Vendredi** : de 18h30 à 20h00

### TANGO ARGENTIN

Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Vendredi** : de 18h00 à 19h00

### MUSCULATION

Salle MAX JACOB – 184/186 avenue Henri Barbusse  
- **Mardi** : de 18h00 à 20h00

### ROCK N'ROLL

Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Mardi** : de 18h00 à 19h30 : débutant  
de 19h30 à 20h30 : intermédiaire  
de 20h30 à 22h00 : confirmé

### LINE DANCERS « COUNTRY »

Foyer DAISY – 35 rue Daisy  
- **Vendredi** : de 18h30 à 20h00 : débutant  
de 20h00 à 21h00 : novice  
de 21h00 à 22h00 : avancé

### BODY-ATTACK (reprise le 17 et 20/09)

Gymnase ROGER SALENGRO – 126 rue Roger Salengro  
- **lundi** : de 19h30 à 20h30  
Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Jeudi** : de 20h00 à 21h00

### GYMNASTIQUE DOUCE, RELAXATION (reprise le 20/09)

Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Jeudi** : de 21h00 à 22h00

### CHA CHA CHA

Complexe ROGER PETIEU – Rue Sacco Vanzetti  
- **Vendredi** : de 19h00 à 20h00

### VARIETE - CABARET

Foyer DAISY – 35 Rue Daisy  
- **Samedi** : de 10h00 à 13h00

### Selon un calendrier diffusé dans les activités :

RANDONNÉE	CHANTONS ENSEMBLE	MARCHE NORDIQUE	VELO
Principalement le <b>dimanche</b> . Avec participation de 2€ ou 3€ pour le co-voiturage	le <b>jeudi</b> au club ASD de 18h à 20h.	Samedi ou dimanche rendez-vous à 10h	Le <b>dimanche</b> rendez-vous à 10h30 sur le parking de l'Espace Culturel à partir du 7 octobre

Afin d'accueillir le maximum de pratiquants et permettre le progrès de chacun, tous les **animateurs bénévoles se forment en permanence** et consacrent du temps à la préparation des cours. Nous avons, au fil des années, diversifié les activités et mis en place dans certaines APS&A différents niveaux de pratiques selon l'implication de nouveaux animateurs et de nouveaux créneaux de gymnases et salles. .

Dans le but de permettre le perfectionnement, la connaissance mutuelle entre les participants des différents niveaux et favoriser la convivialité, **plusieurs activités organisent** : Stages - Sorties - Soirées conviviales - Productions.

### Quelques conseils à respecter :

- Pour progresser dans les activités et notamment dans la danse, il faut commencer de préférence dès le début de saison et venir régulièrement aux cours. Au-delà d'octobre/novembre si vous êtes un débutant vous risquez d'être en difficulté.
- Dans les activités *danses*, il est absolument nécessaire de respecter les recommandations des animateurs pour le passage d'un niveau de pratique à un autre. Tant que vous n'avez pas acquis les bases indispensables, vous allez non seulement être en difficulté pour enchaîner les chorégraphies, ne prendre aucun plaisir et perturber le cours.

## LES DATES A RETENIR

CALENDRIER PREVISIONNEL DES INITIATIVES SPECIFIQUES AUX ACTIVITES (stages...) et des INITIATIVES COMMUNES OUVERTES A TOUTES ET TOUS. Confirmation/inscription dans les lieux des APS&A

	DATES	QUAND	THEMES	OU
<b>OCTOBRE</b>	6 et 7	WE	Initiation CUISINE – CHIC (complet)	PAMFOU
	14	DIMANCHE	Journée omnisports BIENVENUE	? P S Aulnay
	?	SAMEDI	Stage RELAXATION	Club ASD
	21	DIMANCHE	INITIATION CHEVAL à la VILLETTE	PARC LA VILLETTE
	28	DIMANCHE	APRES-MIDI DANSANT	FOYER DAISY
	28/10 au 3/11	SEMAINE	SEJOUR COUNTRY - SALOU	Espagne
<b>VACANCES SCOLAIRES</b>		<b>samedi 20 octobre au dimanche 4 novembre 2018</b>		
<b>NOVEMBRE</b>	6	MARDI	Sortie SPECTACLE : théâtre EDMOND de A.Michalile	
	24	SAMEDI	Stage DANSES SALON	?
	25	DIMANCHE	Stage COUNTRY	FOYER DAISY
<b>DECEMBRE</b>	1 et 2	WE	Stages ROCK - RANDO - CHANTONS ENSEMBLE	PAMFOU
	9	DIMANCHE	APRES-MIDI DANSANT	Louis MERET
	31	LUNDI	REVEILLON JOUR DE L'AN	Tremblay
	<b>VACANCES SCOLAIRES</b>		<b>samedi 22 décembre 2018 au dimanche 6 janvier 2019</b>	
	Dimanche 27 janvier		Galettes des rois - Thème BAL VENITIEN	? Auguste Delaune

Diffusions du calendrier des stages des activités, initiatives communes... pour la période de janvier à juin, dès réponse de la Municipalité des salles, des gymnases et du centre de Pamfou demandés ...

## CALENDRIER DES ACTIVITES NON HEBDOMADAIRES

**Randonnée** : RdV le dimanche à l'espace culturel : Septembre : les 2 et 30 à 8h30 -  
 Octobre : le 21 à 8h30 et le 28 à 9h - Novembre : les 4 et 18 à 9h - le 16 décembre à 9h

**Chantons ensemble** : le jeudi 20 et 29 septembre de 18h à 20h au siège de l'ASD.

**Marche Nordique** : RDV à 18h le lundi 10 et jeudi 20 sept. au Parc Ladoucette (rdv à l'entrée du parc du côté de l'Église) - Le samedi 29-09 au Parc départemental G Valbon RDV à 10h sur le grand rond-point, face au lac.

**Vélo** : RDV, 10h30 à partir du dimanche 7/10, sortie au parc G Valbon, retour maxi 12h30

## La section ADULTES OMNISPORTS «AO» et ARTS & SPORTS de DRANCY « l'ASD »

L'ASD, club historique local va fêter ses 100 ans d'existence en 2019, aujourd'hui plus de 2800 adhérents structurés en 16 sections : Activités Physiques d'Entretien - Adultes Omnisports - Badminton Jeunes - Double Dutch - Enfants - Expression Rythme - Handball - Judo/Ju-Jitsu/Self Défense - Modern 'Jazz - Musculation - Pétanque - Plus de 50 ans - Randonnée - Sambo - Tennis - Volley-ball.

**La section Adultes Omnisports créée en 1997 au sein de l'ASD** est indépendante de toute tutelle, elle décide avec tous ses animateurs et responsables de ses objectifs, activités, actions, initiatives, organisation ... En tant qu'association à but non lucratif, ayant un rôle social important pour la population, elle bénéficie d'une subvention municipale et gracieusement des installations sportives, gymnases, salles à Drancy et du centre de loisirs de Pamfou (contribution financière pris en charge par le budget de la section AO ) pour tous les WE thématiques et stages des activités .

## INFORMATIONS - COMMUNICATION

Nous nous efforçons de diversifier les moyens de communication **pour mieux vous informer** : Bulletin - Plaquette - Affichette - Mails - Facebook - Site ASD/AO - Interventions orales dans vos activités hebdomadaires...

Cette saison à l'aide des **préinscriptions aux initiatives communes** (ci-jointes dans le dossier d'adhésion), nous allons constituer des fichiers sur les initiatives communes auxquelles vous souhaitez participer, afin de vous informer directement par mail. Cochez seulement les initiatives communes auxquelles vous souhaitez participer.

**Les inscriptions** définitives de toutes les initiatives spécifiques (stages) et aux initiatives communes ont lieu dans les activités hebdomadaires.

De votre côté, soyez aussi vigilant **aux informations données** et attentifs lors des interventions orales. En cas d'absence d'une ou plusieurs semaines, solliciter les animateurs/responsables ou consulter le site [www.asdrancy.fr](http://www.asdrancy.fr).

## VOTRE ADHESION à la section AO de l'ASD

L'ensemble des documents que vous remettrez doivent être lisibles et correctement renseignés, accompagnés de votre règlement. Ils sont à retourner dans les lieux de pratique de votre activité principale 15 jours au plus tard après la première séance.

### Pour tous

- Conserver ce bulletin spécial adhésion (A3)
- Règlement de la cotisation annuelle (conditions mentionnées ci-dessous) de préférence par chèque à l'ordre de l'ASD Section AO. Nous acceptons les chèques vacances.
- 2 petites photos d'identité (photocopies) en mentionnant nom & prénom au dos.
- 1 enveloppe timbrée à votre adresse
- Préinscription aux initiatives communes à l'aide du questionnaire

### Pour les nouveaux :

- Remplir le bordereau adhésion inclus dans le dossier (3 feuillets)
- Remettre un Certificat médical

### Pour les anciens :

- Vérifier/compléter votre fiche adhésion pré-remplie
- Votre certificat médical remis en 2017/2018, est valable 3 saisons à condition de remettre l'attestation confirmant avoir répondu par la négative au Questionnaire de la santé « QS »

## COTISATION ANNUELLE POUR LA SAISON 2018-2019 :

---

### Licence omnisports annuelle : 61 €

*Adhésion/assurance individuelle permettant la pratique de toutes les Activités Physiques Sportives & Artistiques ainsi que pour participer aux séjours d'une semaine et WE ...*

**Cotisation 30 €** : seulement si vous êtes déjà membre d'une autre section de l'ASD ou affilié(e) à un club FSGT (licence déjà faite). Nécessité de remettre le N° ou une copie de la licence en cours de validité.

## VISITE MEDICALE :

---

### **Certificat médical :**

Depuis le 1er septembre 2016, il est obligatoire pour toute pratique compétitive ou non et il n'y a plus besoin de produire de certificat médical à chaque renouvellement de la licence, mais uniquement tous les 3 ans, à condition que ce renouvellement soit fait sans discontinuité au sein de la même fédération. **Sans CM ou attestation au questionnaire, la licence ne peut être réalisée.**

### **Pour votre information :**

La municipalité de Drancy met à votre disposition un Centre Médico-Sportif. Des médecins spécialistes de **médecine du sport** sont à votre disposition pour répondre à vos besoins : certificat médical d'aptitude, conseils, orientation.

**Centre Médical - Henri WALLON - 2 rue de la république à Drancy**  
Coût consultation : **7,50 euros TM** - Pour prendre RV au 01 48 96 45 50