



Les Godillots de Soisy

Chez Bernard Dassonville
2, rue de la Rochefoucauld
91450 Soisy-sur-Seine
06.84.35.19.30

Adresse internet: godillot91soisy@gmail.com

Site internet : <http://godillots-de-soisy.ovh>



BULLETIN D'ADHESION INDIVIDUELLE - 2026/2027

A retourner à l'adresse ci-dessus accompagné du règlement (si par chèque) et du certificat médical ou de l'attestation sur l'honneur avec conseils de santé.
TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSE.

Merci de cocher ☒ les cases correspondantes à vos choix

- ☐ Nouvelle adhésion ☐ Renouvellement
☐ Numéro de licence si déjà licencié(e) dans un autre club FFRandonnée :
(merci de joindre une copie de la licence)

Nom : Prénom :

Date de Naissance : Sexe : F ☐ M ☐

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone Portable : Téléphone Fixe :

Adresse e-mail :

ADHESION INDIVIDUELLE	Avec Licence RC/PJ + AC (1)		Avec Licence RC/PJ + ML (2)	
	Sans PRM	Avec PRM	Sans PRM	Avec PRM
MONTANT >>>	☐ 44€	☐ 54€	☐ 52€	☐ 62€

- (1) avec Assurance Responsabilité Civile / Protection Juridique + Option Assurance Accidents corporels

- (2) avec Assurance Responsabilité Civile / Protection Juridique + Option Assurance Multiloisirs

- PRM = Abonnement Passion Rando Magazine 10€ (4 numéros par an)

☐ ADHESION si déjà licencié(e) dans un autre club FFRandonnée : 26€

Règlement : (de préférence par virement, merci)

☐ par chèque à l'ordre des Godillots de Soisy.

☐ par virement : IBAN : FR76 1820 6001 0365 0038 9264 031 - Code BIC : AGRIFRPP882

AUTORISATION DU DROIT A L'IMAGE :

Voir feuille en annexe (à retourner impérativement avec le bulletin d'adhésion)

A Le

Signature :



Les Godillots de Soisy

Chez Bernard Dassonville
2, rue de la Rochefoucauld
91450 Soisy-sur-Seine
06.84.35.19.30

Adresse internet: godillot91soisy@gmail.com

Site internet : <http://godillots-de-soisy.ovh>



BULLETIN D'ADHESION FAMILIALE - 2026/2027

A retourner à l'adresse ci-dessus accompagné du règlement (si par chèque) et du certificat médical ou de l'attestation sur l'honneur avec conseils de santé.
TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSE.

Merci de cocher ☒ les cases correspondantes à vos choix

- ☐ Nouvelle adhésion ☐ Renouvellement
☐ Numéro de licence si déjà licencié(e)s dans un autre club FFRandonnée :
(merci de joindre une copie de la licence)

Nom : Prénom :

Date de Naissance : Sexe : F ☐ M ☐

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone Portable : Téléphone Fixe :

Adresse e-mail :

Nom : Prénom :

Date de Naissance : Sexe : F ☐ M ☐

Téléphone Portable : Téléphone Fixe :

Adresse e-mail :

ADHESION FAMILIALE	Avec Licence RC/PJ + AC (1)		Avec Licence RC/PJ + ML (2)	
	Sans PRM	Avec PRM	Sans PRM	Avec PRM
MONTANT >>>	☐ 88€	☐ 98€	☐ 104€	☐ 114€

- (1) avec Assurance Responsabilité Civile / Protection Juridique + Option Assurance Accidents corporels
- (2) avec Assurance Responsabilité Civile / Protection Juridique + Option Assurance Multiloisirs
- PRM = Abonnement Passion Rando Magazine 10€ (4 numéros par an)

☐ ADHESION si déjà licencié(e)s dans un autre club FFRandonnée : 52€

Règlement : (de préférence par virement, merci)

☐ par chèque à l'ordre des Godillots de Soisy.

☐ par virement : IBAN : FR76 1820 6001 0365 0038 9264 031 - Code BIC : AGRIFRPP882

AUTORISATION DU DROIT A L'IMAGE :

Voir feuille en annexe (à retourner impérativement avec le bulletin d'adhésion)

A Le.....
Signatures



LES GODILLOTS DE SOISY
BULLETIN ADHESION - SAISON 2026/2027



FEUILLE A RETOURNER IMPERATIVEMENT (COMPLÉTÉE/SIGNEE OU NON)
AVEC LE BULLETIN D'ADHESION

AUTORISATION DU DROIT A L'IMAGE

Des photos sur lesquelles vous pouvez figurer sont prises avec l'autorisation du club ou du comité lors des activités. Vous disposez d'un droit à l'image.

☐ J'autorise la prise de vue et la publication de l'image sur laquelle j'apparais, ceci sur différents supports (écrit, électronique, audiovisuel) et sans limitation de durée.

☐ Je reconnais avoir pris connaissance de l'utilisation qui en est faite dans le cadre de la publication, de la promotion et de la publicité à l'usage exclusif de l'Association.

NOM : Prénom :

A Le.....

Signature :

-

AUTORISATION DU DROIT A L'IMAGE

Des photos sur lesquelles vous pouvez figurer sont prises avec l'autorisation du club ou du comité lors des activités. Vous disposez d'un droit à l'image.

☐ J'autorise la prise de vue et la publication de l'image sur laquelle j'apparais, ceci sur différents supports (écrit, électronique, audiovisuel) et sans limitation de durée.

☐ Je reconnais avoir pris connaissance de l'utilisation qui en est faite dans le cadre de la publication, de la promotion et de la publicité à l'usage exclusif de l'Association.

NOM : Prénom :

A Le.....

Signature :

-



MARCHER
TOUS, TOUT LE TEMPS, PARTOUT !

CONSEILS DE SANTÉ et ATTESTATION SUR L'HONNEUR (pratiquant majeur)

Il est indispensable et urgent de consulter un médecin avant la reprise de la pratique et/ou de la compétition, si vous avez ressenti ou eu au moins 1 fois au cours des 12 derniers mois :

- une douleur dans la poitrine à l'effort ;
- des palpitations (perception inhabituelle et anormale des battements cardiaques) ;
- une perte de connaissance brutale au repos ou à l'effort ;
- un essoufflement inhabituel à l'effort.

Il est nécessaire d'avoir l'avis d'un médecin pour statuer sur une contre-indication éventuelle ou un bilan préalable à une pratique intensive ou en compétition, si vous êtes dans une des situations suivantes :

- **vous êtes une femme de 45 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- **vous êtes un homme de 35 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- **vous cumulez au moins deux des facteurs de risque cardiovasculaire** : âge supérieur ou égal à 50 ans, tabagisme, diabète, excès de cholestérol, hypertension artérielle, surpoids ou obésité ;
- **vous êtes suivi pour une maladie chronique** ;
- **vous poursuivez après vos 60 ans** une activité physique intensive ou en compétition ;
- **un membre de votre famille (parents, frère ou sœur, enfants)** est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ;
- **un membre de votre famille (parents, frère ou sœur)** a présenté une maladie cardiaque avant ses 35 ans ;
- **vous ressentez une baisse récente inexpliquée** de vos performances.

La Commission médicale (COMED) de la FFRandonnée conseille fortement une consultation et un suivi médical si :

- **vous n'avez jamais réalisé d'électrocardiogramme** (la COMED recommande de réaliser au moins un ECG dans sa vie) ;
- **au cours des douze derniers mois :**
 - ⇒ vous avez arrêté le sport plus de 30 jours pour raisons de santé ;
 - ⇒ vous avez débuté un traitement médicamenteux de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ;
 - ⇒ vous pensez avoir, ou on vous a déjà fait remarquer que vous aviez un problème avec la nourriture ;
 - ⇒ vous êtes une femme et vous n'avez plus de règles depuis plus de trois mois ;
 - ⇒ vous avez eu un traumatisme crânien ;
 - ⇒ vous pensez avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive.

La COMED vous invite à adopter les bons réflexes pour votre pratique sportive en consultant [les 10 règles d'or](#) édictées par le Club des Cardiologues du sport.

Je soussigné(e)....., licencié n°
(NOM et Prénom) (le cas échéant)

atteste sur l'honneur avoir pris connaissance des conseils de santé de la COMED de la FFRandonnée ci-dessus.

Fait à le.....

Signature



MARCHER
TOUS, TOUT LE TEMPS, PARTOUT !

CERTIFICAT D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION (CACI) AUX ACTIVITÉS DE MARCHE ET DE RANDONNÉE¹

Je, soussigné(e), Docteur

certifie avoir examiné ce jour

Madame ☐

Monsieur ☐

MOM :

Prénom :

âgé(e) de ans

et atteste n'avoir pas constaté, à ce jour, de signes cliniques apparents ni d'antécédent personnel contre-indiquant la pratique des activités de marche et de randonnée.

Précisions utiles à destination des encadrants (le cas échéant) :

Altitude à ne pas dépasser : mètres

Fréquence cardiaque à ne pas dépasser : BPM

Dénivelé horaire à ne pas dépasser (mètres/heure) : mètres/heure

Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : oui ☐ non ☐

Fait à le

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN

¹ Les activités de marche et de randonnée pratiquées au sein des structures affiliées FFRandonnée sont : randonnée pédestre (y compris en montagne, en ville), promenade, rando challenge®, marche d'endurance, randocaching®, marche afghane, marche rapide, randonnée tourisme, marche avec bâtons, fast hiking, pratiques santé (randonnée santé, longue côte santé, marche nordique santé), balade à roulettes®, longue côte, randonnée longue côte, trail longue côte, marche nordique, raquette à neige

NOTE EXPLICATIVE

BULLETIN ADHESION

SAISON 2026/2027

CERTIFICAT MEDICAL :

Règles concernant les certificats médicaux pour les adhérents FFRandonnée

1- Délivrance de la première licence

Un certificat médical d'absence de contre-indication (CACI) pour la pratique des activités de marche et de randonnée et activités connexes, datant de moins de six mois est obligatoire pour toute première prise de licence et à chaque reprise de licence après une interruption de deux saisons sportives ou plus.

2- Renouvellement annuel de la licence (+18 ans)

Chaque licencié doit attester sur l'honneur avoir pris connaissance des conseils de santé. A cet effet, il signe une attestation sur l'honneur qu'il remet à son club.

3- Pratique en compétition ou rencontre sportive avec classement

Chaque licencié ou titulaire d'un pass découverte doit attester sur l'honneur avoir pris connaissance des conseils de santé. A cet effet, il signe une attestation sur l'honneur qu'il remet à l'organisateur.

4- Pour les mineurs

Le sportif mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la FFRandonnée que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. À défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.

NOTE EXPLICATIVE

BULLETIN ADHESION

SAISON 2026/2027

LE RÈGLEMENT GÉNÉRAL SUR LA PROTECTION DES DONNÉES (RGPD)

En remplissant ce formulaire, je suis informé(e) que mes données personnelles sont utilisées dans le cadre de l'adhésion et de la vie associative, de la relation commerciale éthique et personnalisée ainsi que des statistiques officielles sur les pratiques sportives.

Vous pouvez également demander l'accès et la suppression de vos données à donneespersonnelles@ffrandonnee.fr.

Pour plus d'informations sur la manière dont vos données sont collectées et vos droits (ex : rectification, portabilité, etc.), consultez la **Politique de Confidentialité** de la FFRandonnée sur son site internet www.ffrandonnee.fr.

Vous pouvez modifier vos préférences de communication en vous connectant dans votre espace personnel "Mon Compte" sur le site internet de la FFRandonnée: <https://www.ffrandonnee.fr/>