



laval.courtcool@orange.fr

ASSOCIATION LAVAL COURT'COOL

SAISON 2011/2012

BULLETIN D'ADHÉSION

NOM : _____ PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____

VILLE : _____ CODE POSTAL : _____

DATE DE NAISSANCE : _____

TEL. : _____ ADRESSE MAIL : _____

Acceptez-vous de communiquer vos coordonnées aux adhérents : OUI NON

JOINDRE UN CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 3 MOIS AUTORISANT LA PRATIQUE DE LA COURSE A PIED EN COMPÉTITION.

L'association Laval Court' Cool est affiliée depuis cette année à la *Fédération Française d'Athlétisme*. Un contrat d'assurance est inclus dans le coût de la cotisation d'affiliation. Il comprend une Responsabilité civile couvrant tous les adhérents licenciés F.F.A.

En revanche, chaque adhérent sans licence doit toujours être couvert par son assurance personnelle.

CHOIX D'ADHESION:

- | | |
|---|------|
| <input type="checkbox"/> Adhésion simple (sans changement, permet l'accès à toutes les activités de L.C.C) | 12 € |
| <input type="checkbox"/> Adhésion + Licence LOISIR-RUNNING (permet la participation à toutes les courses hors stade): | 35 € |
| <input type="checkbox"/> Adhésion + Licence COMPÉTITION (permet la participation aux championnats officiels) : | 85 € |

DATE :

SIGNATURE DE L'ADHÉRENT :

« Lu et Approuvé »,

Bulletin à retourner à :

Nelly Huard
24 boulevard Félix-Grat
53000 LAVAL



laval.courtcool@orange.fr

ASSOCIATION LAVAL COURT'COOL

BULLETIN D'INFORMATION 2011-2012

Fatigué de courir seul ? Envie de vous initier à la course à pied ?

Venez-nous rejoindre !

L'association a pour objet de regrouper des pratiquants du jogging et de la course à pied pour courir dans un esprit de convivialité. Des sorties découvertes sont aussi proposées aux adhérents. *Laval Court'cool* organise également chaque année le *Trail Pégase*.

Le point de départ des sorties est fixé rue du Bas-des-Bois (parking situé à 500 m. sur la gauche depuis Avesnières en direction de l'Huisserie) aux jours et horaires suivants :

Les mardi et jeudi : 18H30

Les dimanche et jours fériés : 9H30

Les sorties se déroulent sur le halage, dans les bois (L'Huisserie et Bois-Gamast) ainsi que sur d'autres circuits de découverte. Les 20 premières minutes de chaque sortie s'effectuent à un rythme permettant à chacun, quel que soit son niveau, de courir avec le groupe.

POUR TOUT CONTACT :

Adresse mail : laval.courtcool@orange.fr

Site internet : <http://www.laval-courtcool.fr>

François MARTIN : ☎ 06.70.34.67.58

François VOISINE : ☎ 06.86.85.01.48