SAISON 2020 / 2021
Dossier LICENCE

DEMANDE D'ADHESION

Pour une création de licence, Tu dois fournir :

- **Un certificat médical** en annexe (si certificat déjà établi, il sera joint au dossier avec la notion **handball en compétition**)
- **une pièce d'Etat Civil**,
  soit la Photocopie de ta Carte d'Identité, soit la Photocopie du Livret de Famille
- **1 photo d'Identité**,
- **L'autorisation Parentale de la Fédération Française de handball.**
- **La Fiche de Renseignements du Club** (avec Autorisation parentale, si tu es mineur(e))
- le Montant de ta Cotisation-Licence

Type	Année de Naissance	LICENCE N°1	LICENCE N°2
DIRIGEANTS		65 euros	90 euros
LOISIRS		120 euros	145 euros
BABIES HAND	A partir de 2014	110 euros	135 euros
ECOLE de HAND	13/12	150 euros	175 euros
-11 ans	11/10	150 euros	175 euros
-13 ans	09/08	160 euros	185 euros
-15 ans	07/06	160 euros	185 euros
-17 ans	05/04	170 euros	195 euros
-18 ans	04/03	170 euros	195 euros
Seniors Féminines	02/01/…	200 euros	225 euros
Seniors Masculins	02/01/…	200 euros	225 euros

Réductions : 20% sur la licence si celle-ci est complète avant le 15 JUILLET 2020.

10 € pour le second adhérent du foyer fiscal,

15 € pour chacun des adhérents suivants

Licence 1 : Adhésion au club + Maillot du club

Licence 2 : Adhésion au club + Maillot du club + tee-shirt + short + chaussettes

Chers Parents,
* Un club a toujours besoin d'aides pour permettre l'épanouissement de ses licenciés : si vous avez des connaissances d'un partenaire possible avec le CARROS HANDBALL CLUB, merci de prendre contact avec Cissou au
04/93/29/14/19.
06/68/97/34/80
* Si vous désirez acheter de l'équipement sportif, sachez que le CARROS HANDBALL CLUB tient à votre disposition sa **BOUTIQUE**.

FFHANDBALL

CERTIFICAT MÉDICAL

(Article L231-2 du code du sport)

Je soussigné(e), docteur

certifie avoir examiné ce jour ◯ M. ◯ Mme

né(e) le *(jj/mm/aaaa)* :

et n'avoir décelé aucune contre-indication à la pratique sportive en compétition ou en loisir.

Date *(jj/mm/aaaa)* :

Signature et tampon du praticien
obligatoires

Données morphologiques facultatives communiquées pour permettre une analyse globale fédérale anonymée :

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE HANDBALL
1, rue Daniel-Costantini, CS 90047 | T. +33 (0)1 56 70 72 72 | ffhb@ffhandball.net
94046 CRÉTEIL Cedex | F. +33 (0)1 56 70 73 00 | www.ffhandball.fr
Association loi 1901 - N° Siret : 784.544.769.00044 / N° APE : 9319 Z

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné, parent ou représentant légal du mineur ou majeur protégé, autorise l'adhésion de mon enfant à la FFHandball pour les pratiques sollicitées et dans le respect des règlements fédéraux.

En outre, si cela était nécessaire, j'autorise le transfert de mon enfant à l'hôpital par un service d'urgence (pompiers, SAMU) pour que puisse être pratiquée, en cas d'urgence, toute hospitalisation, intervention chirurgicale, y compris une anesthésie.

Dans le cas où mon enfant sollicite une licence « pratiquant », notamment en compétitions :
Conformément aux dispositions de l'article R232-52 du Code du sport,

j'autorise ☐ je n'autorise pas ☐

tout préleveur, agréé par l'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) ou missionné par la Fédération internationale (IHF) ou la Fédération européenne de handball (EHF), dûment mandaté à cet effet, à procéder à tout prélèvement nécessitant une technique invasive (prise de sang, prélèvement de phanères) lors d'un contrôle antidopage sur ledit enfant mineur ou le majeur protégé.

dans ce cas :
Je reconnais avoir pris connaissance que l'absence d'autorisation parentale pour le mode de prélèvement susvisé est constitutif d'un refus de soumettre mon enfant à ce contrôle antidopage et est susceptible d'entraîner des sanctions disciplinaires (au minimum 2 ans de suspension ferme pour la 1re infraction)

Je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales d'adhésion à la FFHandball et les accepte.

Nom et prénom du mineur ou majeur protégé :

Nom et prénom du représentant légal :

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »

Nom du club :

Date *(jj/mm/aaaa)* :

Fait à : *Signature :*

1re ÉTAPE — Je veux reprendre une vraie activité physique

Je n'ai pas eu le Covid ni été en contact avec un malade du Covid → Je remplis le **questionnaire** de reprise post-Covid
- **Aucun doute** → Je reprends **progressivement**
- Le **moindre** doute → Je **consulte**

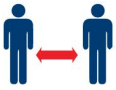
J'ai eu le Covid : j'ai été testé et/ou hospitalisé → Avant toute reprise d'activité sportive, je consulte un **cardiologue du sport** → Je reprends **si mon bilan est normal**

Je n'ai pas été testé mais je pense avoir eu des **symptômes** et/ou dans mon entourage il y a eu un malade Covid → Je remplis le **questionnaire** de reprise post-Covid et je **consulte** → Mon médecin décide si je dois consulter un **cardiologue du sport**
- **Oui** : je reprends **si mon bilan est normal**
- **Non** : je reprends **progressivement** en suivant les préconisations du cardiologue et du préparateur physique (cf. 2e étape)

J'arrête mon activité et je consulte en cas de courbatures inhabituelles, essoufflement rapide, toux, perte du goût ou de l'odorat, fréquence cardiaque au repos trop rapide.

2e ÉTAPE J'ai eu l'aval médical

Je reprends une activité physique en extérieur →



Je respecte la distanciation physique.
5 mètres pour une marche rapide
10 mètres si je cours ou si je fais du vélo

Je suis les préconisations du cardiologue →





Aucune activité physique et je consulte
si je présente au cours d'un effort ou après un effort :
douleur dans la poitrine, essoufflement, palpitations, malaise, perte de connaissance

Aucune activité physique si je présente des **symptômes du Covid et pendant les 14 jours** qui suivent ma guérison.
Avant de reprendre mon sport, **je consulte**

Je suis les préconisations du préparateur physique →



Vérifier votre FC à l'effort pour ne pas dépasser 80% de son maximum
Etape 1 : Augmentez progressivement la **fréquence** de vos entrainements
Etape 2 : Augmentez progressivement la **durée** de vos entrainements
Etape 3 : Augmentez progressivement l'**intensité** de vos entrainements
Mobilisez vos muscles et vos tendons de manière **très progressive**.
Les exercices de type pliométrique seront intégrés **avec précaution**.

3e ÉTAPE Je reprends une licence 2020-21

Pour l'obtention d'une licence permettant la participation aux activités compétitives et de loisirs :

Une visite médicale est **obligatoire** pour l'obtention d'un certificat d'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition ou en loisir, compte tenu des risques :
- cardio-vasculaires liés au virus lui-même
- musculo-tendino-ligamentaires dus au confinement

Rappel

La licence 2019-20 est valable jusqu'au 15 septembre 2020 (hors mutation, hors compétition).

Fiche de Renseignements

NOM de l'Enfant		**LICENCIE**
PRENOM		
Date de Naissance		
Lieu de Naissance		
Nationalité		

NOM du Tuteur Légal		**RESPONSABLE**
PRENOM		
Date de Naissance		
Lieu de Naissance		
Profession		
Adresse		
Téléphone domicile		
Téléphone travail		
Téléphone Portable		
E mail		

Photo club	**autorise**	**n'autorise pas**	**mon enfant à figurer sur les photos prises lors des actions et journées club**

AUTORISATION PARENTALE

Je, soussigné(e), Madame / Monsieur	

responsable légal(e) de l'enfant nommé ci-dessous, autorise l'encadrement du CARROS HANDBALL CLUB

à prendre toute mesure nécessaire pour son éventuelle hospitalisation, durant la saison 2019/2020:

Nom, Prénom, année de naissance		
Personne à prévenir en cas d'urgence	**nom, prénom**	**Téléphone**
Contre Indications médicales		
Date et Signature		