



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

### FORMULAIRE D'ADHÉSION, SAISON 2025-2026

**Adhérent 1 : NOM, Prénom :** .....

Date de naissance : ..... Nationalité : .....

Adresse exacte : .....

Code postal : ..... Ville : .....

N° de téléphone : ..... Adresse électronique : .....

Les bulletins prévisionnels des randonnées seront envoyés au format dématérialisé à adresse électronique mentionnée ci-dessus. Vous recevrez également à cette adresse votre licence de la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Si vous souhaitez recevoir le bulletin **papier** au format A5, une **majoration de 12 €** est appliquée sur le montant de la cotisation (frais d'impression et postaux).

OUI    NON, je souhaite recevoir le bulletin des randonnées au format papier (*Entourez la réponse souhaitée*)

**En cas d'adhésion familiale, merci de compléter ci-dessous (licence FRA) :**

**Adhérent 2 : NOM, Prénom :** .....

Date de naissance : ..... Nationalité : .....

Adresse exacte : .....

Code postal : ..... Ville : .....

N° de téléphone : ..... Adresse électronique : .....

**Personne à contacter en cas d'accident :**

NOM : ..... Prénom : .....

N° de Tél. : .....

**Licence :**

S'agit-il d'une première adhésion **(1)** : OUI    NON d'un renouvellement **(2)** : OUI    NON  
Type de licence (entourez la licence choisie) :

<u>Licence individuelle, IRA</u>	<u>Licence Familiale, FRA</u>
57.35 €	102.50 €

**(1)** : Pour une première adhésion, un **CERTIFICAT MEDICAL** doit obligatoirement être joint au formulaire d'adhésion.

**(2)** : Pour un renouvellement, veuillez joindre obligatoirement au formulaire d'adhésion **l'attestation de réponse au questionnaire de santé (page 3)**

**La licence sera enregistrée à réception du formulaire d'adhésion, du chèque, du certificat médical ou de l'attestation de réponse au questionnaire de santé remplie et signée.**

**Magazine « Passion Rando » :**

Je m'abonne à « Passion Rando » (4 numéros par an) : 10 €



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

**Adhérent 1 : NOM, Prénom :** .....

**Adhérent 2 : NOM, Prénom :** .....

Ci-joint, un chèque de ..... libellé à l'ordre des Multipattes :

- |                          |  |          |
|--------------------------|--|----------|
| <input type="checkbox"/> | Licence individuelle, IRA :            | 57.35 €  |
|                          | Ou                                     |          |
| <input type="checkbox"/> | Licence familiale, FRA :               | 102.50 € |
| <input type="checkbox"/> | Majoration de 12 € pour envoi papier : | 12.00 €  |
| <input type="checkbox"/> | Abonnement à « Passion Rando » :       | 10.00 €  |

J'ai noté que la loi n° 84-610 du 16 juillet 1984 fait obligation aux Associations d'une Fédération sportive d'assurer leur responsabilité civile et celle de leurs adhérents.

En outre, je déclare être en bonne condition physique, ne pas suivre de traitement médical pouvant m'interdire la marche en montagne et m'engage à être convenablement équipé pour les activités auxquelles je participerai. Cette déclaration est valable pour les autres membres de ma famille.

A : ..... le : .....

Mention manuscrite "Lu et approuvé"

Signature :

### **Demande d'adhésion à renvoyer à :**

**Les Multipattes, chez Karine IZIER  
9 rue des Balmes, 26260 SAINT-DONAT-SUR-L'HERBASSE**

**Courriel :** [lesmultipattes26@gmail.com](mailto:lesmultipattes26@gmail.com)

### **La demande d'adhésion comprend :**

- Le formulaire d'adhésion dûment complété (page 1 et 2)
- Un chèque à l'ordre des Multipattes
- Un certificat médical  
OU
- L'attestation de réponse au questionnaire de santé (page 3)

**Dématérialisation des licences** : votre demande d'adhésion sera traitée dès son arrivée. Pour ceux qui ont une adresse mail, vous recevrez votre licence en fichier PDF. Vous pourrez l'imprimer ou la télécharger sur votre portable. Pour les personnes qui n'ont pas d'adresse mail, nous vous enverrons la licence par courrier.

Votre chèque sera déposé en banque aussitôt.

La FFRP ouvre à tous, sur Internet ([www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)) son « Espace adhérents » grâce à un code confidentiel qui figure sur votre licence.



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

### ATTESTATION DE REONSE au questionnaire de santé, licences 2025/2026

#### Adhérent 1 :

Je soussigné, **NOM, Prénom :** .....

**atteste, sur l'honneur, avoir renseigné le questionnaire de santé (voir page ) et avoir :**  
(Cocher la réponse correspondante)

- répondu NON** à toutes les questions, je **fournis cette attestation** à mon club lors de mon renouvellement de licence.
- répondu OUI** à une ou plusieurs questions(s), je fournis alors **un certificat médical** de non contre-indication à la pratique sportive lors de mon renouvellement de licence daté de moins de 6 mois

Date et signature :

#### Adhérent 2 (Licence familiale):

Je soussigné, **NOM, Prénom :** .....

**atteste, sur l'honneur, avoir renseigné le questionnaire de santé (voir page ) et avoir :**  
(Cocher la réponse correspondante)

- répondu NON** à toutes les questions, je **fournis cette attestation** à mon club lors de mon renouvellement de licence.
- répondu OUI** à une ou plusieurs questions(s), je fournis alors **un certificat médical** de non contre-indication à la pratique sportive lors de mon renouvellement de licence daté de moins de 6 mois

Date et signature :



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

### LE CERTIFICAT MEDICAL

Les règles ont changé. La loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 puis la loi n° 2022-296 du 2 mars 2022 laissent aux fédérations sportives l'appréciation de la durée de validité du certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport concerné. Cette simplification administrative veut responsabiliser les pratiquants vis-à-vis de leur santé. Elle aboutit aux règles suivantes :

#### **Première adhésion : le certificat médical est obligatoire, datant de moins de six mois**

**Pour un renouvellement** : le certificat médical n'est plus nécessaire mais lors du renouvellement de l'adhésion, vous devez répondre à un questionnaire de santé personnel que vous trouverez ci-après (en page 5).

**Si vous répondez NON** à toutes les questions de ce questionnaire, vous devez alors remplir le formulaire d'attestation de réponse (page 3). Vous devez le joindre au formulaire d'adhésion (page 1 et 2) et au règlement.

**Ce questionnaire est confidentiel et ne doit pas être retourné au club**, seule l'attestation qui certifie que vous l'avez rempli doit être fournie avec la demande de renouvellement de licence.

**Si vous répondez OUI** à une seule question ou si vous ne fournissez pas l'attestation de réponse, vous devez présenter un certificat médical **datant de moins de six mois au moment de la prise de licence**.

**Sans ces documents votre demande ne pourra pas être prise en compte. L'enregistrement de la licence sera bloqué en attendant de les recevoir.**

\*\*\*\*\*

#### **Le certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive remplacé par un questionnaire de santé pour les mineurs**

Le décret n° 2021-564 du 7 mai 2021 prévoit donc qu'il n'est désormais plus nécessaire, pour les mineurs, de produire un certificat médical pour l'obtention ou le renouvellement d'une licence dans une fédération sportive ou pour l'inscription à une compétition sportive organisée par une fédération. La production d'un tel certificat demeure toutefois lorsque les réponses au questionnaire de santé du mineur conduisent à un examen médical, mais également pour les disciplines à contraintes particulières \*

Consulter le décret : <http://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043486809>

Consulter le contenu du questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur qui se substitue au certificat médical : <http://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043486824>

\*Alpinisme, plongée subaquatique, spéléologie, disciplines sportives pratiquées en compétition, pour lesquelles le combat peut prendre fin par K.O., disciplines sportives comportant l'utilisation d'armes à feu ou à air comprimé, disciplines sportives pratiquées, en compétition, comportant l'utilisation de véhicules terrestres à moteur, à l'exception du modélisme automobile radioguidé, disciplines sportives aéronautiques pratiquées en compétition, à l'exception de l'aéromodélisme, parachutisme, rugby à XV, rugby à XIII et rugby à VII.



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

### QUESTIONNAIRE DE SANTE

### Renouvellement de licence FFRP

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive. **Il est confidentiel et ne doit pas être envoyé au club.**

**Répondez aux questions suivantes par OUI ou NON. Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.**

#### **Durant les 12 derniers mois**

1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?  
OUI                    NON

2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?  
OUI                    NON

3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?  
OUI                    NON

4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?  
OUI                    NON

5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord du médecin ?  
OUI                    NON

6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?  
OUI                    NON

#### **A ce jour**

7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc) survenu durant les 12 derniers mois ?  
OUI                    NON

8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?  
OUI                    NON

9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?  
OUI                    NON

#### **Si vous avez répondu NON à toutes les questions :**

Pas de certificat médical à fournir. Simplement **attestez**, selon les formalités prévues par la fédération, **avoir répondu NON à toutes les questions puis complétez l'attestation de réponse (page 3)**. Cette attestation est à fournir avec la demande d'adhésion.

#### **Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :**

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.



## Les Multipattes, Club de Randonnée Pédestre

### TARIFS DES LICENCES 2025/2026

**La licence est valable du 5 septembre 2025 au 31 décembre 2026**

**IRA** : Individuelle avec **Responsabilité civile et Accidents corporels**

**FRA** : Familiale avec **Responsabilité civile et Accidents corporels**

**Indemnité journalière** : option au même titre que les aides ménagères, cette garantie doit être souscrite à **titre individuel par le licencié**. Allez sur le site fédéral [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr) pour de plus amples renseignements.

#### **Définition de la famille :**

- Conjoint(e) concubin(e) enfants mineurs vivant sous le même toit
- Enfants majeurs de moins de 25 ans à charge et vivant sous le même toit
- Petits-enfants mineurs à charge et vivant sous le même toit que les grands-parents

Type de licences	FFRP + COMITE DEP. - REGIONAL + assurances	ASSOCIATION	TOTAL
IRA (Individuelle <b>Responsabilité civile Accidents corporels</b> )	30.85 €	26,50 €	57.35 €
FRA Familiale <b>Responsabilité Civile Accidents Corporels</b>	61.50 €	41,00 €	102.50 €