



**DÉVELOPPEMENT  
LOCAL ET VIE SOCIALE**  
Faire vivre le territoire

**SERVICE**  
**Gym posturale et  
abdominale**  
**Postural Ball**



**REGLEMENT INTERIEUR**

**ANNEE SCOLAIRE 2024-2025**

**Votre contact pour toute question sur ce dossier**

**SECRETARIAT  
FAMILLES RURALES**

7, rue des 2 rives, Saint Georges de Montaigu  
85600 MONTAIGU-VENDEE

Tél. : 02 51 46 58 80 [secretariat@famillesruralesstgeorges.fr](mailto:secretariat@famillesruralesstgeorges.fr)

Site : [www.famillesrurales.org/saint\\_georges\\_de-montaigu](http://www.famillesrurales.org/saint_georges_de-montaigu)

# PREAMBULE

Le présent règlement a pour but de vous donner toutes les informations pratiques concernant le service **Gym posturale et abdominale – postural ball** géré par l'association Familles Rurales de Saint Georges de Montaigu

Ce document est le résultat du travail du Conseil d'Administration de l'association Familles Rurales de Saint Georges de Montaigu. Ce règlement intérieur est conçu afin de faciliter les relations entre les familles et l'association organisatrice.

L'association Familles Rurales de Saint Georges de Montaigu a été créée le 18 mai 1947.  
Extrait des statuts qui présente les fondements de notre association :

L'association se donne comme finalité l'épanouissement des personnes, la promotion des familles et le développement de leur milieu de vie. Elle agit dans un esprit permanent d'ouverture et d'accueil à tous, notamment en intégrant toutes les générations.

Faisant appel à la participation, à la solidarité, à la responsabilité et à l'engagement des habitants, l'association entend promouvoir un environnement qui leur soit favorable.

L'association ne relève d'aucune obédience politique, syndicale, professionnelle et confessionnelle.

Le but essentiel de l'association est de rassembler les familles et les personnes vivant en milieu rural et d'assurer la défense de leurs intérêts matériels et moraux. Elle peut à ce titre intervenir dans tous les domaines concourant à la promotion des familles, et de chacun de leurs membres, ainsi qu'à l'amélioration de la qualité de la vie, notamment ceux soumis à l'agrément des pouvoirs publics et semi-publics, et tout particulièrement concernant : .... la culture, l'éducation populaire...etc.

## 1 INFORMATIONS GENERALES

Les cours de **gym posturale & abdominale (selon la méthode De Gasquet)** et **postural ball (selon la méthode de Nadine Garcia)** se tiennent du 9 septembre 2024 au 23 juin 2025, soit :

- 31 séances

Ils ont lieu :

- Pour les cours du lundi matin : à la salle de Gué, Complexe sportif, à St Georges de Montaigu
- Pour les cours du mercredi soir : au centre de loisirs – 5 rue des deux rives à St Georges de Montaigu

Les cours de gym posturale et abdominale se déroulent une fois par semaine :

**Le lundi matin de 9h30 à 10h30 ou le mercredi soir de 20h20 à 21h20 (maximum 18 inscrits par cours).**

Les cours de postural ball se déroulent une fois par semaine :

**Le lundi matin de 10h30 à 11h30 ou le mercredi soir de 19h15 à 20h15 (maximum 10 inscrits par cours).**

La section est sous la responsabilité de *la commission du service gym posturale et abdominale*.  
Les cours sont assurés par Munni Mazarine CHANUC.

Lors des cours, il vous est conseillé de venir en tenue décontractée et d'apporter, un tapis, une serviette ou un plaid (pour le moment de relaxation) et une bouteille d'eau.

## 2 INSCRIPTIONS

Ce cours est ouvert aux adultes.

Chaque personne souhaitant s'inscrire à ce cours doit compléter une fiche d'inscription, l'autorisation de droit à l'image et la protection des données fournies par l'association.

Si une personne ne peut pas venir à son cours habituel, il y a la possibilité de permuter l'horaire.

Deux cours d'essai sont prévus. L'inscription doit malgré tout être réalisée avant ces cours d'essai. Si au bout de ces deux cours, l'activité n'est pas adaptée à la personne inscrite, alors le remboursement total de l'inscription lui sera remis.

En cas de nombre de places insuffisantes, les personnes sont inscrites sur une liste d'attente et sont averties par téléphone ou par mail si une place se libère. Les places sont alors attribuées dans l'ordre de la liste d'attente.

**Il n'y a pas de possibilité d'inscription en cours d'année.**

## 3 CERTIFICAT MEDICAL

Le contrôle médical à la pratique sportive est avant tout un acte de prévention. Il convient aux responsables d'associations d'apprécier les risques des activités pratiquées et de mettre en œuvre les moyens les plus adaptés pour garantir la sécurité de leurs adhérents.

Nous demandons donc un certificat médical à tous les participants d'activités à caractère sportif.

Cependant, il y a de nouvelles précisions relatives au certificat médical :

Le certificat délivré par un médecin est désormais valable pour une durée de 3 ans. La première année, le pratiquant fournira son certificat médical à son association. Puis, les deux années suivantes, il remplira « un questionnaire de santé » lui permettant de déceler d'éventuels facteurs de risques. Si le questionnaire détecte effectivement des risques, le pratiquant devra faire une visite médicale.

Par ailleurs, le certificat médical est désormais valable « pour la pratique du sport en général ». Vous êtes présumé apte à tous les sports par défaut. En revanche, le médecin peut très bien exclure un sport dans le document qu'il délivre s'il considère qu'une discipline n'est pas adaptée à votre état de santé.

Une liste de tous les certificats médicaux et questionnaires de santé en notre possession a été effectuée. Nous serons donc en mesure de vous dire si vous devez demander à votre médecin un certificat médical ou remplir un questionnaire de santé.

De plus, à l'avenir, nous vous conseillons de garder un double de votre certificat médical qui peut servir pour plusieurs sports.

**Merci de prévoir un certificat médical ou un questionnaire de santé le cas échéant.**

La famille est dans l'obligation de nous prévenir pour tout changement sur son état de santé (grossesse, découverte d'une pathologie...). Si le participant souhaite continuer son activité, il devra nous fournir un nouveau certificat médical. S'il ne souhaite pas continuer son activité, merci de se référer à l'article 6.

## 4 ADHESION

Depuis janvier 2015, **la carte d'adhésion est obligatoire pour toute inscription aux services culturels**. En effet, nous vous rappelons que s'il n'y a pas adhésion, il n'y a pas d'associations et pas d'activités :

- Par votre adhésion, vous contribuez au bon fonctionnement de l'association Familles Rurales de Saint Georges de Montaigu et vous soutenez l'investissement des bénévoles locaux.
- Par votre implication dans l'association, vous vous montrez solidaire des autres familles et vous décidez d'être acteur de la vie de Saint Georges de Montaigu en participant au développement et à l'animation de notre milieu. Vous portez les valeurs du mouvement – *responsabilité, solidarité, proximité* – et menez des actions pour et avec les familles.

Trois choix sont possibles :

1) **Vous n'avez pas encore adhéré à l'association en 2024 et êtes nouvel inscrit sur le service :**

Nous vous demandons de régler une primo adhésion d'un montant de 10.70 € pour les familles et 9.50 € pour les retraités qui sera valable de septembre à décembre 2024 **et de faire un chèque** de 25.90 € pour les adhérents familles ou de 9.65 € pour les adhérents retraités qui correspond à l'adhésion 2025 et qui sera encaissé en janvier 2025.

2) **Vous avez adhéré à l'association en 2024 à St Georges de Montaigu :**

Nous vous demandons de régler par chèque l'adhésion 2025 qui sera encaissée en janvier 2025 d'un montant de 25.90 € pour les adhérents familles ou de 9.65 € pour les adhérents retraités.

3) **Vous adhérez à Familles Rurales dans une autre commune :**

Nous vous demandons de présenter votre carte d'adhésion 2024 lors de l'inscription en juin et votre carte d'adhésion 2025 en janvier 2025.

## 5 TARIFS MODALITES DE PAIEMENT ET DE REMBOURSEMENT

### 5.1 - TARIFS

Les tarifs sont déterminés par le conseil d'administration de l'association Familles Rurales organisatrice.

Les tarifs peuvent être revus annuellement. Pour l'année scolaire **2024-2025**, les tarifs sont les suivants :

Gym posturale et abdominale et Postural Ball	Prix global 30/09/2024	30/09/2024	15/01/2025	15/04/2025
Tarif adhérent familles	145.00 €	48.00 €	48.00 €	49.00 €
Tarif adhérent retraités	150.00 €	50.00 €	50.00 €	50.00 €

### **Modalités de règlement :**

- Chèque global encaissé le 30/09/2024
- Chèques encaissés les 30/09/2024, 15/01/2025 et 15/04/2025
- Chèques vacances et coupons sports

## **5.2 REMBOURSEMENTS**

Aucun remboursement ne pourra être exigé d'une personne inscrite si elle venait à s'absenter pour une ou plusieurs séances.

Si le professeur venait à s'absenter pour une ou plusieurs séances, les cours seraient reportés.

En cas d'arrêt maladie d'une journée du professeur, le cours ne pourra être remplacé.

En cas d'absence longue, la commission remboursera les cours. Le professeur ne sera pas remplacé.

En fonction des contraintes qui nous sont imposées, les séances pourraient être amenées à être modifiées au cours de l'année (horaire, lieu...).

Les mesures de remboursement ne concernent que les personnes devant se désinscrire en cours de saison pour des raisons :

- de santé (certificat médical exigé)
- professionnelles (perte d'un emploi, nouvel emploi, reprise d'une activité professionnelle)
- de mobilité géographique (déménagement)

Les demandes de remboursement devront être adressées à la présidente de l'association qui en référera à la commission concernée qui pourra juger de leur recevabilité. Dans tous les cas, un justificatif devra lui être présenté.

Les règles de remboursement sont les suivantes :

Calcul du remboursement au prorata du nombre de cours restants à partir de la date de la demande de remboursement.

## **6 ASSURANCE**

L'association organisatrice de la section est assurée en responsabilité civile auprès de SMACL.

L'association ne pourra cependant être tenue responsable de la perte ou de la détérioration d'objet personnel. Tout objet de valeur est donc déconseillé au sein du cours.

Les personnes inscrites doivent être couvertes en responsabilité civile pour les dégâts occasionnés aux installations ou matériels, les dommages causés à autrui, les accidents survenus lors de la pratique de l'activité.

## **7 ACCEPTATION DU REGLEMENT**

Ce règlement est adopté et validé par le Conseil d'Administration et la commission Musique & Chant de l'association Familles Rurales de Saint Georges de Montaigu.

Le règlement intérieur peut faire l'objet de réajustements annuels. Dans tous les cas, il est donné aux familles avant la date de renouvellement des fiches annuelles de renseignements.

Chaque famille doit lire attentivement ce présent règlement. L'inscription à l'activité vaut acceptation de ce règlement.

# FAMILLES RURALES

## AGIR ENSEMBLE A CHAQUE ETAPE DE LA VIE



**PETITE ENFANCE**  
Accueillir les tout petits



**ENFANCE**  
Bien grandir



**JEUNESSE**  
Encourager les initiatives



**ÉDUCATION  
ET PRÉVENTION**  
Accompagner les familles



**SENIORS**  
Répondre aux besoins  
des aînés



**CONSOMMATION**  
Faciliter le quotidien  
des familles



**ENTRAIDE  
ET CONVIVIALITÉ**  
Vivre ensemble



**DÉVELOPPEMENT  
ET VIE LOCALE**  
Faire vivre le territoire



**FORMATION**  
Développer ses compétences

**Notre association est membre du Mouvement Familles Rurales.** Elle est agréée et habilitée pour son action dans de nombreux domaines : famille, consommation, éducation et jeunesse, loisirs, tourisme, vie associative, santé, formation.

La fédération nationale Familles Rurales est une association reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain.

Avec 160 000 familles adhérentes, 2 200 associations locales, 83 fédérations départementales et régionales, 40 000 bénévoles et 17 000 salariés, c'est le premier Mouvement familial associatif de France, mais aussi un acteur incontournable de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire.

Pluraliste, indépendant et laïc, il porte un projet humaniste et social fondé sur la famille, les territoires et la vie associative.