BIARRITZ OLYMPIQUE
ENSEMBLE DEPUIS 1913
Omnisports

FICHE D'INSCRIPTION
SAISON 2024-2025

SECTION :

- ○ AMIS DU BO
- ○ ATHLÉTISME
- ○ CYCLOTOURISME
- ○ ESCRIME
- ○ HANDBALL
- ○ LAGUNAK
- ○ MULTISPORTS
- ○ NATATION
- ○ ROLLER SPORTS
- ○ STUDIO BO
- ○ TENNIS & PADEL
- ○ TRIATHLON

ADHESION OMNISPORTS 25€ (Obligatoire)

NOM DE L'ADHÉRENT ----------

PRÉNOM ---------- SEXE (M-F) : ----------

DATE DE NAISSANCE : ---------- NATIONALITÉ : ----------

ADRESSE : ----------

CODE POSTAL : ---------- VILLE : ----------

MAIL : ---------- TÉLÉPHONE : ----------

Personne à prévenir en cas d'urgence :

NOM : ---------- TÉLÉPHONE : ----------

Entourer la case correspondante ○ **ESPECES** ○ **CHÈQUE**

Possibilité de paiement en 3 fois (chèque uniquement – ne pas postdater le chèque).
A l'ordre du Biarritz Olympique

Vous souhaitez aider le BO Omnisports en faisant un don exceptionnel déductible fiscalement
Montant : ----------

En tant qu'adhérent à l'association Biarritz Olympique, je m'engage à :
- respecter les statuts et le règlement intérieur de la Section ;
- participer à la préservation et la promotion de l'image de la section en toutes circonstances, individuellement et collectivement (engagement dans des compétitions, organisation de compétitions au sein du club, organisation de différents types de manifestations promotionnelles ou événementielles…).

J'autorise le club à prendre toutes les dispositions en cas d'accident. J'autorise le chirurgien et le personnel hospitalier à prendre toutes les décisions et en particulier je donne mon accord pour qu'une intervention chirurgicale soit éventuellement pratiquée sous anesthésie générale.

Je suis informé(e) que le Biarritz Olympique est susceptible d'utiliser mon image pour sa communication et de me solliciter pour un démarchage commercial.

Date : **Signature :**

Parc des Sports d'Aguiléra – Rue Cino del Duca – 64200 BIARRITZ
05 59 01 61 45 contact@biarritzolympique.fr **Facebook :** Biarritz Olympique Omnisports
Instagram : Biarritz Olympique Omnisports

BIARRITZ OLYMPIQUE ATHLETISME
Fiche d'inscription saison 2024-2025

ACTIVITÉS ET CONDITIONS D'INSCRIPTION *(cocher la case)*		
	Baby athlé (2019-2021) → **Cotisation 160€** (Adhésion «BO Omnisports» 25€ incluse). → **Certificat médical** de non contre-indication à la pratique d'activités physiques.	
	Athlé Éveil Athlétique (2016-2018)	→ **Cotisation 175€** (Adhésion «BO Omnisports» et Licence FFA incluses).
	Athlé Poussins (2014-2015)	
	Athlé Benjamins (2012-2013)	
	Marche nordique adulte	
	Running-Trail adulte licence athlé *(Participation à toutes les courses, hors championnats départementaux, régionaux et nationaux)*	
	Athlé Minimes « loisir » et « compétition » (2010-2011)	→ **Cotisation 180€** (Adhésion «BO Omnisports» et Licence FFA incluses).
	Athlé Cadets « loisir » et « compétition » (2008-2009)	
	Athlé Juniors (2006-2007) et **Espoirs** (2004-2005)	
	Running-Trail adulte licence athlé compétition *(Participation à toutes les courses, y compris les championnats départementaux, régionaux et nationaux)*	→ **Cotisation 190€** (Adhésion «BO Omnisports» et Licence FFA incluses).

CONDITIONS PARTICULIÈRES *(cocher la case)*	
	Offre Omnisports (120€) / Nom de la section :
	Offre Fratrie - athlètes mineurs (30€ de réduction sur une deuxième licence prise au sein du BO athlé, valable uniquement pour les fratries et les athlètes de moins de 18 ans)
	Offre Fin de saison : Cotisation 100€ (Adhésion «BO omnisports» et Licence FFA)
	Mutation : tout athlète qui réalise un transfert d'un club affilié FFA vers la section BO athlé est invité à se rapprocher de son entraîneur et/ou des dirigeants **avant toute inscription**.

AUTORISATIONS

Le soussigné (le représentant légal pour les mineurs) :
→ est informé que la section BO Athlé est susceptible d'utiliser son image dans le cadre de sa communication.
→ ***(athlètes mineurs)*** autorise les responsables du Club (Entraineurs, Dirigeants) à déplacer son enfant en voiture, bus ou tout autre moyen de locomotion, lors des compétitions et sorties sportives.

Le soussigné (le représentant légal pour les mineurs) **certifie les informations indiquées sur cette fiche et demande son adhésion à la Section Athlétisme du Biarritz Olympique en déposant un dossier complet :**

	Fiche d'inscription BO omnisports « Athlète adulte » ou « Athlète mineur »
	Fiche d'inscription BO athlé
	Cotisation
	IMPORTANT : Pour renouveler sa licence FFA saison 2024-2025, l'athlète doit se rendre sur son **espace du licencié** (site **ATHLE.FR**) afin de compléter le **formulaire de licence de la FFA**. Cette démarche individuelle et complémentaire de l'inscription au club permet d'activer la licence, sous réserve que le dossier d'inscription ait été dûment complété.

Aucun dossier incomplet ne sera accepté.

Site internet BO ATHLE : http://www.biarritzolympiqueathletisme.com

Fait à _____ , le _____ / _____ / _____ .

Signature de l'athlète (représentants légaux pour les mineurs) :

BIARRITZ OLYMPIQUE ATHLÉTISME

Charte du membre de la section BO Athlé

En ma qualité de membre de la section Biarritz Olympique Athlétisme (athlète, entraîneur, juge, officiel, dirigeant), ou de parent de membre pour les athlètes mineurs :

→ **J'adhère sans réserve aux principes de la Charte « Bien vivre ensemble des activités athlétiques exemplaires »** mise en place au sein du BO Athlétisme (consultable au siège du club) et **je m'engage à participer à leur promotion en toutes circonstances.**

À ce titre, individuellement et collectivement au sein de mon club, je m'engage à :

- Défendre, préserver et promouvoir les valeurs fondamentales de l'athlétisme : la loyauté ; le courage, la combativité, le dépassement de soi ; la rigueur ; l'autonomie ; le respect ; la solidarité, la tolérance ; l'esprit d'équipe ; le plaisir.
- Respecter les règles et les règlements qui définissent les conditions de la pratique de l'athlétisme.
- Respecter l'autre.
- Bannir le dopage et toute forme de tricherie.
- Être maître de moi-même.
- Être loyal et fair-play.
- Montrer l'exemple.

→ **Je m'engage, en tant qu'adhérent, à promouvoir l'image du Club** en toutes circonstances, notamment en portant **le maillot du Club** lors des séances d'entraînement, des sorties individuelles ou collectives, des courses et compétitions ou de toute autre manifestation permettant de faire connaître et de valoriser l'image du Club.

→ **Je m'engage, en tant que bénévole**, à donner de mon temps pour l'association en participant à l'organisation et à l'accompagnement des différentes manifestations qui rythment la vie de la section (courses organisées par le club, vide-greniers, compétitions de jeunes…).

En particulier, je m'engage à m'investir en tant que bénévole dans l'organisation du Marathon International de Biarritz Pays Basque qui aura lieu le 4 mai 2025.

Pour fonctionner correctement, une association sportive a besoin de toutes les personnes qui le composent et les fonds récoltés lors des événements organisés contribuent à assurer sa pérennité.

Fait à _____ , le _____ / _____ / _____ .

Signature de l'adhérent (représentants légaux pour les mineurs) :

BIARRITZ OLYMPIQUE ATHLÉTISME
L'organisation des activités athlétiques

École d'athlétisme		
Découverte des habiletés motrices	**Baby athlé** **(2019 à 2021, 3 ans effectifs)**	**Samedi 10h00-11h15** **Gymnase Larochefoucauld** ***Date de reprise:*** ***Samedi 14 septembre 2024***
Jeux de motricité Découverte des différentes disciplines	**Éveil Athlétique** **(2016 à 2018)**	**Mardi 17h00-18h00** **Aguilera** **Mercredi 14h00-15h30** **Piste Larochefoucauld** ***Date de reprise:*** ***Mardi 10 septembre 2024***
Approche ludique multidisciplinaire	**Poussins** **(2014 et 2015)**	
Les lieux et/ou horaires d'entraînement sont à confirmer et peuvent être soumis à des modifications. *Les athlètes en sont informés en temps voulu par l'entraîneur.*		

Apprentissages des techniques d'athlé		
Découverte des disciplines	**Benjamins « loisir » et** **« compétition »** **(2012 et 2013)** **Mimines « loisir »** **(2010 et 2011)**	**Mercredi 16h00-17h30** **Samedi 11h00-12h30** **Larochefoucauld** ***Date de reprise:*** ***Mercredi 11 septembre 2024***
Les lieux et/ou horaires d'entraînement sont à confirmer et peuvent être soumis à des modifications. *Les athlètes en sont informés en temps voulu par l'entraîneur.*		

Apprentissages des techniques d'athlé		
Approche multidisciplinaire et collective des compétitions, développement des qualités physiques utiles aux pré-ados.	***Mimines « compétition »** **(2010 et 2011)**	**Lundi / Mercredi / Vendredi** **18h00-20h00** ***Date de reprise:*** ***Lundi 9 septembre 2024***
Athlé performance Entraînement, début de spécialisation	***Cadets** **(2008 et 2009)**	**Lundi / Mardi / Mercredi /** **Jeudi / Vendredi** **18h00-20h00** ***Date de reprise:*** ***Lundi 9 septembre 2024***
Athlé performance Entraînement, spécialisation Compétitions individuelles et collectives.	***Juniors (2006 et 2007)** ***Espoirs (2004 et 2005)**	
****Catégories « Minimes compétition », « Cadets », « Juniors » et « Espoirs » :*** *de septembre à mi-octobre, les entraînements visant à réaliser un travail athlétique foncier ont lieu sur des sites divers (Lac Marion, Hippodrome des Fleurs) ; à compter de mi-octobre, les entraînements à visée technique ont lieu sur le site de La Floride.*		
Les lieux et/ou horaires d'entraînement sont à confirmer et peuvent être soumis à des modifications. *Les athlètes en sont informés en temps voulu par l'entraîneur.*		

BIARRITZ OLYMPIQUE ATHLÉTISME
L'athlé en quelques mots

Marcher - Courir - Sauter - Lancer :

Ce sont les gestes fondamentaux de l'athlétisme.
Ce sont aussi des gestes de la vie courante, c'est pourquoi la première approche de l'athlétisme ne sera pas technique mais ludique.
Pratiqués en nature ou dans un stade, tu pourras réaliser dans un premier temps des activités multiformes sollicitant toutes les grandes fonctions.

Retrouve ci-dessous les différentes disciplines de l'Athlétisme.

Les Courses

C'est le geste le plus simple, le plus naturel, le plus sain, et celui qui apporte le plus à la condition physique.
Les Courses aident à améliorer la respiration, à entretenir le cœur.
Elles mettent en action nos muscles qu'elles fortifient et aident à éliminer l'excès de poids et les toxines qui nous empoisonnent.

Il existe 3 familles de course :

- **<u>La vitesse</u> :** allure maximale sur distances courtes avec une variante : les relais qui associent 4 coureurs

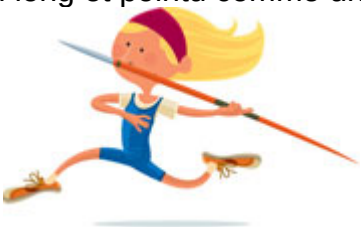
- **<u>Les Haies</u>** : distances courtes ou moyennes avec franchissement d'obstacles

- **<u>Le Demi-fond</u>** : distances moyennes ou longues à allure soutenue.

Les Lancers

Consistent à envoyer le plus loin possible :

Un engin long et pointu comme une sagaie



JAVELOT

Un objet rond et plat

DISQUE

Un poids au bout d'un câble

MARTEAU

Un sphère de fonte

POIDS

Les Sauts

Aller vers le haut « tout seul »
par-dessus une barre

HAUTEUR

Aller vers le haut et l'avant avec une perche
pour passer par-dessus une barre

PERCHE

Aller loin vers l'avant à l'aide de 3 bonds
dont un cloche pied au départ

TRIPLE SAUT

Aller loin vers l'avant
en une seule envolée

LONGUEUR

La Marche Athlétique

Epreuve qui nécessite les mêmes qualités organiques que le fond ; avec une technique particulière de pose de pied au sol avec un passage obligatoire de la jambe tendue

Les Epreuves Combinées

Il est possible de combiner les diverses disciplines présentées, et cet assemblage débouche sur la pratique des épreuves combinées

Cette forme est d'autant plus intéressante qu'elle permet une pratique variée, ce qui enrichit considérablement l'activité athlétique.

Athlé Santé : Marche Nordique
(toutes catégories à partir de cadet)

Activités encadrées par un entraîneur diplômé ou Coach Athlé Santé, adaptées à un public qui recherche une pratique tournée vers le bien-être, la détente, la lutte contre la sédentarité et ses effets (marche nordique, running entretien, remise en forme, condition physique).

La **Marche Nordique** propose des activités permettant un travail sur l'ensemble du corps, adaptées à un public qui souhaite reprendre une activité physique en douceur ou se perfectionner dans l'utilisation de bâtons.

Date de reprise des activités à déterminer pour la saison 2024-2025.
Les lieux et/ou horaires d'entraînement sont à confirmer et peuvent être soumis à des modifications.
Les athlètes en sont informés en temps voulu par l'entraîneur.

Running-Trail
(toutes catégories à partir de cadet)

Running : activités (footing, étirements, condition physique, running entretien, fractionnés, développement de la VMA) visant à faire débuter ou reprendre la course à pied à des personnes à la recherche de la convivialité et de l'émulation d'un groupe et de conseils d'un entraîneur, ou à faire progresser des coureurs préparant des courses.

Trail : activités adaptées à un public qui recherche une pratique tournée vers la course pédestre se déroulant en milieu naturel sur un parcours formé notamment de chemins ou sentiers.

PPG : Préparation physique orientée vers la course et privilégiant le renforcement musculaire, la proprioception, la coordination et les gammes athlétiques.

Mardi 18h45-20h00
(lieux variables selon le groupe du licencié)
→ Running (fractionnés, VMA)

Jeudi 18h45-20h00
(lieux variables selon l'activité du licencié)
→ Running (allure de course) / Trail (entraînement spécifique)

Reprise des activités à compter du mardi 03/09/2024 pour la saison 2024-2025.
Les lieux et/ou horaires d'entraînement sont à confirmer et peuvent être soumis à des modifications.
Les athlètes en sont informés en temps voulu par l'entraîneur.

Encadrement
(toutes catégories à partir de minimes)

Un licencié « encadrement » peut exercer des responsabilités officielles au sein d'un club, par exemple en tant que dirigeant, entraîneur, officiel, spécialiste.

Il peut aussi postuler à un poste de responsabilité départemental, régional ou national. La production d'un certificat médical n'est pas exigée.

Le licencié encadrement ne peut en aucun cas, pratiquer l'Athlétisme (entraînements, compétitions).
Il lui faut dans ce cas-là une licence « pratiquant » (Athlé Compétition, Athlé Santé…)