



## Règlement intérieur du Judo Club de Lognes 2024/2025

### TARIFS 2024/2025

#### Judo

4 à 5 ans : 155€

6 à 12 ans : 235€

13 ans et + : 255€ (ouvre l'accès au Jujitsu Fighting & Taïso) + inclus : Jujitsu fighting 9 à 13 ans

#### Jujitsu fighting et Taïso

14 ans et + : 235€

---

### PAIEMENTS

En ligne : Par carte bleue/ Virement bancaire IBAN en 1 ou 3 fois

Avec les membres du bureau : Chèques / CAF / Chèques vacances / Pass'Sport / Espèces / Terminal de paiement CB

---

### INSCRIPTION

**L'inscription est faite** avec l'application mobile : [MonClub](#) (Play Store ou Apple Store)

> Pour vous inscrire, utilisez le **code club** : judoclubdelognes

#### **L'application mobile :**

#### **Inscription et paiement**

Inscription au club et à ses évènements, paiement de la formule d'adhésion, téléchargement rapide des documents administratifs.

#### **Communication et notifications**

Toutes les nouvelles du club reçues en temps réel pour être toujours informé.

#### **Gestion de planning et réservations**

Visibilité totale sur tous les créneaux du club : entraînements, évènements...

### **Engagement des adhérents via l'application mobile**

Inscription de photos et vidéos, commentaires, likes ... Tout pour renforcer le lien entre les adhérents et le club.

---

#### **CERTIFICAT MEDICAL OU ATTESTATION**

Pour les mineurs :

- Pas besoin de certificat médical pour obtenir ou renouveler une licence sportive ou s'inscrire à une compétition.

- Un questionnaire de santé doit être rempli chaque année par l'enfant et ses parents : QS Mineurs disponible sur le site du club.

- Si une réponse est OUI, un certificat médical datant de moins de 6 mois est obligatoire ; et doit être déposé sur l'application Monclub par l'adhérent.

**IMPORTANT** : Si toutes les réponses sont NON sur le QS, l'adhérent est dispensé de fournir une attestation, cette dernière étant remplacée par l'acceptation des conditions du règlement intérieur et donc la poursuite de l'inscription de l'adhérent via Monclub.

Pour les judokas majeurs (18 ans et plus) :

- Pour une première inscription, ou si le judoka était mineur lors de son précédent certificat, un certificat médical datant de moins d'un an est requis et doit être déposé sur l'application Monclub par l'adhérent.

Sinon, un questionnaire de santé suffit, sauf si une réponse est OUI, auquel cas un certificat médical datant de moins de 6 mois est obligatoire et doit être déposé sur l'application Monclub par l'adhérent : QS majeurs disponible sur le site du club.

- Les judokas de 30 ans puis à 35, 40, 45 ans... doivent renouveler obligatoirement leur certificat médical tous les 5 ans, sinon le QS majeurs est suffisant.

**IMPORTANT** : Si toutes les réponses sont NON sur le QS, l'adhérent est dispensé de fournir une attestation, cette dernière étant remplacée par l'acceptation des conditions du règlement intérieur et donc la poursuite de l'inscription de l'adhérent sur l'application Monclub.

**Rappel** : Le questionnaire de santé est un document confidentiel de santé propre à l'adhérent, servant uniquement à déterminer s'il doit fournir un certificat médical ou une attestation.

**Remarque** : Dans tous les cas, le certificat médical doit indiquer explicitement si la pratique du judo en compétition est autorisée.

L'action d'accepter les conditions du règlement intérieur équivaut à valider les informations du questionnaire santé de la fédération française de Judo.

A l'inscription sur Monclub, en cochant la case et en acceptant le règlement intérieur, j'atteste avoir lu et compris les conditions relatives au certificat médical ou à l'attestation, et je m'engage à fournir les documents nécessaires conformément aux règles énoncées ci-dessus.

Je comprends que si je suis dispensé de fournir une attestation, il est de ma responsabilité de remettre le certificat médical au club, le cas échéant.

En acceptant ces conditions, je déclare également que ni moi, ni les représentants légaux (pour les mineurs), ne tiendront le club ou la fédération française de Judo responsable en cas de non-respect des conditions énoncées ci-dessus.

**Les QS Mineurs et Majeurs sont en annexes de ce règlement intérieur à la fin du document.**

---

## VALEURS

Le Judo Club de Lognes incarne les principes de Tolérance, de Respect et de Solidarité. Ces valeurs guident nos activités, notre structure et nos interactions. Les bénévoles du bureau et nos professeurs diplômés d'État s'investissent pleinement dans la promotion de ces valeurs, et chaque pratiquant, chaque adhérent, est appelé à les respecter en retour.

---

## FONCTIONNEMENT DU CLUB

Le club repose sur l'engagement bénévole de ses membres. Il est essentiel de noter que ni les membres du bureau ni les adhérents volontaires ne reçoivent de rémunération du club. Tous sont des bénévoles à part entière, conciliant leur emploi à temps plein en dehors du dojo avec leurs responsabilités familiales. Ils consacrent ainsi temps et énergie dans l'unique but de permettre à chacun de pratiquer son sport préféré. Seuls nos professeurs diplômés d'État sont rémunérés conformément à la Loi n°84-610 du 16 juillet 1984.

L'adhésion au Judo Club de Lognes comprend les frais d'inscription, le coût de la licence et de l'assurance FFJDA. Les frais d'inscription servent à rémunérer nos professeurs, à investir dans le matériel nécessaire au bon fonctionnement du club et à organiser des événements pour les adhérents. Aucun remboursement n'est possible en cours d'année, même pour des raisons médicales.

---

## LE ROLE DES PARENTS

La contribution des parents revêt une importance capitale. Ils sont tenus d'accompagner leur enfant de la manière suivante lors des séances d'entraînement :

- Respecter les horaires établis. Tout retard perturbe le bon déroulement des cours ; par conséquent, le professeur se réserve le droit de refuser l'accès au dojo en cas de retard.
- S'assurer de la présence du professeur dans le dojo avant le début du cours.
- Être présents à la fin du cours ; les enfants ne sont pas autorisés à quitter le dojo seuls (sauf autorisation donnée lors de l'inscription)
- Respecter et veiller au respect par l'enfant des règles d'accès au dojo : → Attendre l'autorisation d'entrer. → Entrer dans le dojo en silence. → Saluer le professeur et les partenaires.
- Éviter de distraire leur enfant pendant le cours ; essayer de communiquer avec lui à travers le hublot nuit à sa concentration.

Les parents ne seront plus autorisés à accéder au tatami pendant les heures de cours, sauf pendant les cours d'essai.

---

## EN COMPETITION

Accorder sa confiance au professeur pour guider et conseiller l'enfant. Adopter un comportement approprié, en évitant les paroles déplacées. Éviter de critiquer l'enfant, et plutôt l'encourager et le stimuler.

---

## DANS LA PRATIQUE SPORTIVE EN GENERALE

Il est important de se rappeler que l'enfant participe à des activités sportives pour son propre plaisir, et non celui des parents. Il est essentiel de respecter et de faire respecter à l'enfant ses partenaires, ses adversaires, les arbitres, les professeurs et les bénévoles. Il convient de laisser à l'enfant un espace d'autonomie et de croissance. Le club assume la responsabilité des enfants pendant les heures d'entraînement. Tout accident survenant avant ou après les séances d'entraînement relève de la responsabilité des parents de l'enfant. Les incidents impliquant des élèves seront pris en charge par les professeurs ou les membres du bureau, sans nécessité d'intervention des parents. En cas de difficulté rencontrée par votre enfant, il est recommandé de la signaler immédiatement aux membres du bureau ou aux professeurs.

---

## CHARTRE DE BONNE CONDUITE

Voici quelques règles que les professeurs du Judo Club de Lognes souhaitent que vous respectiez pour assurer le bon déroulement des cours et le confort de nos jeunes judokas. Il est crucial de leur inculquer de bonnes habitudes dès maintenant :

1. En cas de comportement inapproprié d'un enfant dans les vestiaires, cela entraînera une perte de « points » et/ou une exclusion temporaire du cours. L'enfant devra alors attendre sur le banc à côté du tatami jusqu'à l'arrivée de ses parents.
2. Il est obligatoire pour les enfants de se rendre aux toilettes avant de monter sur le tatami.
3. Étant donné que le professeur est souvent seul et que les installations ne sont pas idéalement adaptées, les déplacements entre le dojo et les sanitaires doivent rester exceptionnels.

---

## HYGIENE ET SECURITE

Il est requis que les enfants n'arrivent pas déjà vêtus de leur judogi. Ils doivent venir habillés en tenue ordinaire et se changer dans les vestiaires. Tout enfant qui se présente en judogi pourrait se voir refuser l'accès au dojo par le professeur, à l'exception des enfants de 4/5 ans dans des circonstances exceptionnelles telles que lors d'une période comme celle du COVID.

Les enfants et les adultes doivent porter une paire de sandales ou de claquettes propres, réservée au dojo, pour se déplacer du vestiaire au tatami, et éviter de marcher pieds nus dans les zones de circulation.

Il est essentiel que les ongles soient propres et coupés courts. Il est recommandé d'enlever les montres, bijoux, bagues, boucles d'oreilles, piercings et tout autre objet souple avant le cours pour prévenir les accidents.

Pour les personnes aux cheveux longs, il est impératif de les attacher avec un élastique sans perles ni parties métalliques. Les filles doivent obligatoirement porter un tee-shirt sous leur judogi, tandis que pour les garçons, le port du tee-shirt est toléré.

Chaque participant doit avoir une petite bouteille d'eau avec lui pendant le cours pour s'hydrater, car une pause est prévue pour cela. Il est interdit d'apporter de la nourriture telle que des bonbons ou des chewing-gums sur le tatami.

---

### VESTIAIRE ET TATAMI

- Le dojo est bien plus qu'une simple salle d'entraînement ; c'est un lieu de vie favorisant le bien-être et l'épanouissement de nos membres. En pénétrant dans le dojo, les pratiquants, les parents et les accompagnateurs s'engagent à maintenir le calme et l'harmonie du lieu.
  - Les conversations entre membres doivent se dérouler à voix basse, sans perturber les autres. L'utilisation des téléphones portables doit être strictement limitée. Il est strictement interdit de fumer, de manger, de boire de l'alcool ou d'écouter de la musique au dojo, à l'exception des événements internes au club validés par le Bureau ou ses professeurs.
  - Dans les vestiaires, il est impératif de respecter l'espace personnel et les affaires des autres. Il est recommandé de ne pas laisser d'objets de valeur en évidence, car le club décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol. Tout objet trouvé doit être remis au Sensei/professeur.
  - Par souci d'hygiène et de respect des lieux, il est strictement interdit de monter sur le tatami avec des chaussures, que ce soit pour les pratiquants, les parents ou les accompagnateurs.
- 

### EN CAS D'ACCIDENT

Pour déclarer un accident à la FFJDA, il est nécessaire de disposer d'un certificat médical établi par le médecin consulté le jour de l'accident. La déclaration doit être effectuée auprès de l'assurance dans un délai maximum de 5 jours.

Pour ce faire, le licencié dispose de deux options. Il peut se munir du formulaire de déclaration d'accident corporel disponible sur le lien suivant : [lien vers le formulaire](#).

[https://www.ffjudo.com/resource-file/document/1672429901\\_98b3fcb39ef5f0530ad9.pdf](https://www.ffjudo.com/resource-file/document/1672429901_98b3fcb39ef5f0530ad9.pdf)

Voici les étapes à suivre :

1. Connectez-vous à votre espace "Mon compte France Judo".
2. Sélectionnez votre profil et accédez à l'espace licencié.
3. Cliquez sur l'onglet "Déclarer un accident".
4. Suivez les instructions fournies par la SMACL sur son site internet.

Votre demande sera traitée dans un délai de 5 jour ouvré.

Alternativement, les déclarations d'accident peuvent être envoyées par courrier ou par e-mail aux coordonnées suivantes : SMACL Assurances - Pôle Partenariat - 141 avenue Salvador Allende - CS 20000 - 79 031 NIORT CEDEX 9 Tél. : 05 49 32 87 85 E-mail : [decla-ffjda@smacl.fr](mailto:decla-ffjda@smacl.fr)

---

Les professeurs et les membres du bureau restent disponibles et à votre écoute tout au long de la saison, et si besoin est, également par messagerie. Bonne saison 2024-2025 !

## Annexes

# QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR

En vue de l'obtention, du renouvellement d'une licence d'une fédération sportive ou de l'inscription à une compétition sportive autorisée par une fédération agréée, hors disciplines, à contraintes particulières.



*Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.*

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? Ta-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux garder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.				
		Tu es : <input type="checkbox"/> Une Fille <input type="checkbox"/> Un garçon	OUI	NON
		Ton âge : <input type="text"/> ans		
L'année dernière	Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu été opéré(e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Ces 2 dernières semaines	Te sens-tu très fatigué(e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Te sens-tu triste ou inquiet ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Pleures-tu plus souvent ?		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Aujourd'hui	Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<b>À faire remplir par les parents</b>				
	Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Si tu as répondu **OUI** à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.

## Renouvellement de licence d'une fédération sportive

### Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
<b>Durant les 12 derniers mois</b>		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>A ce jour</b>		
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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

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

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

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

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