

VILLEFRANCHE RENNEVILLE AVIRON CLUB

DU LAURAGAIS

PIECES A FOURNIR

- Demande d'adhésion 2025-2026
- Chèque(s) de cotisation à l'ordre de : **Villefranche Renneville Aviron Club**
- Certificat médical justifiant vos aptitudes physiques à la pratique de l'AviFit (ergomètre)
 - **Obligatoire à la première inscription pour les adultes :**
« Pas de contre-indication à la pratique de l'aviron Indoor »
 - **Renouvelable tous les 3 ans avec Attestation annuelle à fournir** (modèle joint à l'inscription)
Et questionnaire individuel à renseigner (informations confidentielles à conserver)
- Joindre une photo d'identité (ou envoyer une photo scannée à l'adresse email du VRAC)
- Une pochette plastifiée

TARIFS 2025 - 2026

Adhésion et Licence Indoor avec assurance du club

Possibilité de paiement échelonné en 2 ou 3 chèques déposés – Acceptons les Coupons ANCV Sport

ADHESION AVIFIT (valant Licence Indoor) : 30 €

Comprenant l'intégralité de la licence fédérale de la saison 2025-2026 : 25,10€

Elle permet la pratique de l'AviFit et de toute compétition Indoor locale et nationale. Pour les séances d'AviFit, la présence du Coach agréé AviFit est obligatoire. La licence Indoor est annuelle, valable une saison complète (jusqu'au 31 août).

Coût d'une séance encadrée pour les Licenciés Indoor : 5 €

Coût d'une séance encadrée pour les Licenciés Aviron : 2 €

Achat par lots de 10 séances (50 € ou 20 €) en suivant les règles d'inscription (annoncer sa participation à une séance programmée au moins 7 jours à l'avance, désistement à annoncer au moins 2 jours à l'avance par SMS au coach AviFit).

PROGRAMMATION DES SEANCES

Ouverture du club (avec encadrement) 10 mois sur 12 (fermeture en période de congés scolaires)
Seuls les cours encadrés sont autorisés.

Chaque adhérent a accès à une séance hebdomadaire (durée des séances : environ 1h00).
Les séances se font en soirée (18h30-19h30) et deux créneaux hebdomadaires sont proposés.

Les séances sont en semaine :

En alternance : lundi tous les 15 jours et jeudi tous les 15 jours
Exceptionnellement quelques séances décalées aux vendredis

Les deux créneaux hebdomadaires sont déterminés un mois à l'avance et valables pour tout le mois,

Les créneaux seront consultables sur l'agenda du blog du VRAC.

Il est demandé d'annoncer sa participation à une séance au moins 7 jours à l'avance.

Il est demandé d'annoncer un éventuel désistement au moins 2 jours avant la séance
par SMS à Didier, coach AviFit.

RENSEIGNEMENTS ET CONTACTS

Club d'aviron – Affilié Fédération Française d'Aviron – Ligue Occitanie
Adresse : écluse de Renneville – 31290 Renneville

Educateur AviFit, Didier Ferrier : cddm.fer@hotmail.fr 06 13 96 51 81

Email du club : vrac31290@gmail.com - blog : <http://vrac31290.blogspot.com>

Président et Entraîneur Fédéral : Antoine au 06 16 18 38 51
Trésoriers : Christine et Patrick – Secrétaire : Françoise