

Formulaire d'inscription

Club de ski de fond Mauriski

Saison 2021-2022



Veillez compléter les informations sur le membre à inscrire (toutes les cases sont obligatoires)

Prénom	Nom
Date de naissance (aaaa-mm-jj)	Sexe
Adresse	Ville
Code postal	Téléphone
Étiez-vous membre en 2021? (oui ou non)	Courriel

Signature

Est-ce que vous autorisez la diffusion et l'utilisation de photos?

oui non

Est-ce que vous êtes prêt à être bénévole lors des événements de Mauriski (course régionale et événements)

oui non

Modalité de paiement

Veillez consulter la page 2 pour connaître la structure de prix du programme.

Programme Adulte performance	Total <input type="text"/> \$ inscrivez le montant total
--	--

Cocchez l'un des deux modes de paiement

<input type="checkbox"/> Paiement par chèque à Mauriski	<input type="checkbox"/> Transfert Interac à clubmauriski@yahoo.ca
--	---

Détail du Programme Adulte performance

Saison 2021-2022



Programme Adulte performance

Entraînement sur neige			Programme d'entraînement
Mardi 18 h 30 Entraînement de groupe 10 x 60 min.	Jeudi 18 h 30 Entraînement de groupe 10 x 60 min.	Dimanche technique et vidéo (3 fois)	Programme d'entraînement hebdomadaire sur Training Peaks. Analyse des performances par nos entraîneurs et ajustement des plans. TRAINING PEAKS

	Frais administratif	Entraînement	Training Peaks	Inscription Ski de fond Québec	Licence de courses	Total (veuillez indiquer votre choix en page 1)	
Adulte Performance	15 \$	180 \$ 2 x sem, 60 min mardi, jeudi et 3 dimanches	25 \$	29 \$	25 \$ (Optionnel, cochez si le skieur fera des courses)	249 \$ sans courses	274 \$ avec courses

Présentation des entraîneurs

Simon Lantz

Simon sera votre entraîneur sur neige en semaine. Il est entraîneur PNCE niveau 1. Simon est un skieur actif sur le circuit Coupe Québec de Ski de fond Québec. Il maîtrise l'ensemble des techniques et surtout, il adore partager ces connaissances avec les autres skieurs.

Julien Glaude Roy

Julien accompagnera Simon Lantz dans le développement des plans pour les skieurs. Julien possède une maîtrise en sciences de l'activité physique, une certification spécialisée en force et conditionnement physique (CSCS) de la National Strength and Conditioning Association (NSCA) ainsi qu'un baccalauréat en kinésiologie, spécialisé en encadrement sportif. Il est présentement au doctorat à l'UQTR. Julien est également titulaire de la licence PNCE niveau 1.

François Trudeau

François agira à titre de mentor pour les entraîneurs. Il est titulaire d'une licence PNCE niveau 3 en ski de fond. François est impliqué depuis plusieurs années au sein du club pour les volets compétitifs et paranordiques de notre club. François est professeur et chercheur en saines habitudes de vie et physiologie de l'exercice à l'UQTR. Il est directeur du programme de baccalauréat en kinésiologie. Finalement, il est entraîneur universitaire des Patriotes cross-country.

Politique de remboursement

Club de ski de fond Mauriski



En cas d'annulation par le participant :

Un remboursement sera offert à un membre selon certaines conditions : un membre se blesse (billet du médecin obligatoire) ou un membre quitte la région. Toutes autres demandes devront être évaluées au cas par cas par le conseil d'administration du Club de ski de fond Mauriski. Les demandes d'annulation doivent se faire par écrit via notre adresse électronique : clubmauriski@yahoo.ca.

Le montant du remboursement sera calculé selon les items suivants : les frais non remboursables : soit l'adhésion à Ski de Fond Québec (SFQ), les frais administratifs¹ et les cours dispensés².

¹Les frais administratifs ne sont pas remboursables. Ces frais prennent en compte l'administration par l'entraîneur et le conseil d'administration. ²La valeur des cours dispensés est calculée selon les frais en vigueur (détaillés sur la facture), sans tenir compte du rabais applicable pour le programme complet (s'il y a lieu). Les services sont considérés comme rendus jusqu'à la date de réception de la demande d'annulation.

En cas d'annulation par le club :

Avant le début des activités: remboursement à 100 % du montant de l'inscription. Après le début des activités: remboursement du montant de l'inscription moins le coût d'adhésion à Ski de fond Québec (SFQ) et la valeur des services rendus. Le remboursement sera effectué par chèque dans un délai de 30 jours à compter de la date de réception de la demande.

Modalités générales

Modifications et/ou annulations des activités

Le **Club de ski de fond Mauriski** se réserve le droit d'annuler ou de modifier une activité (lieu, horaire, nombre de cours, coûts) si un événement fortuit survient. Les activités annulées pour raison de force majeure (Covid, tempête de neige, conditions climatiques extrêmes, fermeture du centre de ski, etc.) ne sont pas remboursables, mais seront reportées à la fin de la session, si possible. Le **Club de ski de fond Mauriski** se réserve le droit d'annuler une activité en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions. L'intégralité de l'inscription sera remboursée dans ces conditions. Les activités ont toujours lieu, à moins de situation imprévue hors de notre contrôle. Il est possible que nous ne puissions pas vous aviser, en raison de délais trop courts.

Échange de cours sans autorisation

1. Pour toutes modifications de vos cours, vous devez obligatoirement contacter l'administration du **Club de ski de fond Mauriski**. En cas d'absence, il n'est pas possible de se présenter à un autre cours. En cas d'abandon de votre activité, il n'est pas permis de transférer votre inscription à une autre personne. Dans ce cas, vous devez en informer l'administration du club et ce dernier se chargera de réattribuer cette place en fonction de la liste d'attente.

Possibilité de refus de certains participants

Pour des raisons de sécurité et pour le bon fonctionnement des groupes, le **Club de ski de fond Mauriski** se réserve le droit de refuser tout participant qui ne serait pas de niveau pour le groupe dans lequel il a été inscrit. Ainsi, lorsque cette situation survient et si les conditions le permettent, le club tentera de repositionner le participant dans un groupe plus adapté à ce dernier. Dans le cas contraire, le client sera remboursé entièrement en vertu de la politique de remboursement approprié à l'activité.

Nom du participant
Date
Signature du participant



**CROSS COUNTRY CANADA
(doing business as NORDIQ CANADA)
FORMULAIRE DE RECONNAISSANCE ET D'ACCEPTATION DES RISQUES**

En signant ce document, vous acceptez d'assumer certains risques. Veuillez lire attentive

1.

La présente entente constitue un contrat exécutoire. À titre de participant à une activité de Ski de fond Canada incluant toutes ses divisions et clubs affiliés et de l'Association canadienne de ski et de surf des neiges, nommés dans ce texte SFC et l'ACSSN, ladite activité pouvant comprendre notamment des épreuves de ski de compétition, des camps, des stages de formation ou cliniques, et des activités connexes comme le ski à roulettes, le vélo de route, la course à pied et la randonnée pédestre, nommées dans le texte les activités, le participant de même que son parent ou son tuteur légal, nommés dans le texte les parties contractantes, reconnaissent les termes suivants et acceptent de s'y conformer.

Description des risques

2.

Le participant reconnaît que sa participation aux activités est volontaire. En contrepartie de la participation du participant à des activités sanctionnées, seul ou conjointement, par SFC et l'ACSSN, les parties contractantes reconnaissent les risques, dangers et faits du hasard associés à la pratique des dites activités, et conviennent qu'elles peuvent être sujettes à ces risques, dangers et faits du hasard. Ces risques, dangers et faits du hasard comportent notamment des blessures pouvant être causées par :

- a) Les activités d'entraînement intérieur ou extérieur incluant notamment la musculation, la course, la randonnée et le vélo;
- b) Le surmenage, l'utilisation ou l'étirement de divers groupes musculaires et les séances cardiovasculaires épuisantes ;
- c) L'effort physique vigoureux, les mouvements brusques, les virages et arrêts soudains ;
- d) Une chute au sol après avoir dérapé ou trébuché à cause d'une surface ou d'un terrain glissant, inégal ou irrégulier ;
- e) Un contact, une collision ou un impact avec des skis, des bâtons de ski, des équipements, des arbres, des personnes ou des objets fixes ;
- f) Une participation ne respectant pas ses propres limites ou ses habiletés ou à l'extérieur de l'espace désigné ;
- g) L'isolement après avoir perdu son groupe ou le fractionnement du groupe ;
- h) L'utilisation inappropriée d'une pièce d'équipement ou le bris mécanique d'une pièce d'équipement ;
- i) Des conditions météorologiques extrêmes pouvant causer une engelure, l'hypothermie ou l'insolation, une tempête de neige ou la foudre ;
- j) Des rencontres avec des animaux ou des plantes allergènes ;
- k) Les déplacements pour aller et revenir : des entraînements, des activités de compétition et des activités non compétitives connexes qui font intégralement partie des activités ;
- l) les maladies infectieuses transmises par des virus, des bactéries, des maladies et des champignons qui peuvent se transmettre par contact direct ou indirect;
- m) Tous les risques normalement associés à la pratique des activités.

3. Les parties conviennent également que :

- a) les blessures découlant des activités peuvent être graves, provoquer la paralysie ou même la mort ;
- b) le participant peut être anxieux ou embarrassé lorsqu'il se mesure à lui-même durant les activités, les événements et les programmes de SFC et de l'ACSSN ;
- c) le risque de blessure diminue si le participant suit les toutes les règles de participation ;
- d) le risque de blessure augmente lorsque le participant éprouve de la fatigue.

Exonération

4.

En contrepartie de l'acceptation du participant par SFC et l'ACSSN, comme membre du club ou comme participant ayant droit de prendre part à une activité, les parties conviennent que SFC, l'ACSSN, leurs dirigeants et administrateurs respectifs, leurs membres, employés, bénévoles, participants, leurs agents et représentants ne sont pas responsables des blessures, blessures personnelles, dommages, dommages matériels, dépenses, pertes de revenu ou toute autre perte subis par le participant en raison de sa participation à une activité sanctionnée par SFC et l'ACSSN, ou causés par les risques, dangers et faits du hasard associés à la pratique de ces activités.



**CROSS COUNTRY CANADA
(doing business as NORDIQ CANADA)
FORMULAIRE DE RECONNAISSANCE ET D'ACCEPTATION DES RISQUES**

Consentement

5. Les parties s'engagent à ce qui suit :

- a) le participant possède un niveau de condition physique adéquat pour lui permettre de pratiquer le ski de fond et de participer aux activités, aux événements et aux programmes de SFC et l'ACSSN ;
- b) les parties chercheront à obtenir l'information nécessaire sur les activités et les risques associés, de façon à bien comprendre la portée de la présente entente ;
- c) le participant convient de respecter les règlements imposés par SFC, l'ACSSN pour les activités et de suivre les directives des officiels au cours de ces activités ;
- d) les parties reconnaissent avoir lu et compris la présente entente, ils acceptant de s'y conformer de façon volontaire et reconnaissent qu'elle est exécutoire pour les parties contractantes, leurs ayants droits, leurs liquidateurs de succession, administrateurs et représentants.

Canada les informera des conséquences de cette résiliation.

* Nous déclarons ne pas vendre ou donner vos renseignements personnels à un tiers qui ne fait pas partie de la liste ci-jointe. *

À titre de participant, de parent ou de tuteur légal, je déclare avoir lu cette entente et j'accepte de m'y conformer.

6. De plus, **les parties** reconnaissent :

- a) qu'ils autorisent SFC, l'ACSSN à recueillir et utiliser des renseignements personnels relatifs aux activités sur les parties, notamment et sans aucune limite, la publication de photographies dans un bulletin de nouvelles ou des documents de promotion, la diffusion de photographies, de films vidéos, d'articles, de tableaux, de statistiques, d'images et de résultats sur le site Internet de SFC, de l'ACSSN.
- b) qu'ils donnent à SFC, l'ACSSN la permission de prendre des photographies ou des films des parties contractantes et d'utiliser ces images et enregistrements sonores pour faire la promotion de SFC, de l'ACSSN, par divers médias et ils conviennent que ces images et enregistrements sonores demeureront la propriété intellectuelle de SFC, de l'ACSSN, et renoncent à intenter toute poursuite ou demander une rémunération relativement à l'utilisation des images et enregistrements utilisées aux fins mentionnées.
- c) qu'ils peuvent résilier ce consentement en tout temps en communiquant avec SFC à 403-678-6791. Ski de fond Canada les informera des conséquences de cette résiliation.

Nous déclarons ne pas vendre ou donner vos renseignements personnels à un tiers qui ne fait pas partie de la liste ci-jointe. À titre de participant, de parent ou de tuteur légal, je déclare avoir lu cette entente et j'accepte de m'y conformer.

Nom du participant
Date
Signature du participant

Note : si le membre a moins de 19 ans, un parent ou le tuteur légal doit signer ci-dessous.

Nom du parent ou du tuteur légal
Date
Signature du parent ou du tuteur légal

Note : Les dirigeants du club doivent conserver tous les formulaires de Reconnaissance et d'acceptation du risque pendant un minimum de trois ans. NE PAS transmettre ces formulaires au bureau de la division, de SFC ou de l'ACSSN.