



## Règlement intérieur

**Nom de l'association :** Free Run Dampierre (FR45)

**Structure juridique :** association loi 1901.

**Date de création :**

Créée en septembre 2019 par Xavier Bourgeois.

**Durée :** illimité.

**Domiciliation :** 10 rue Amédée de Béhague 45570 Dampierre en Burly

Coureur depuis de nombreuses années, tant en loisirs qu'en compétition, je remarque le nombre grandissant de pratiquants. J'observe tous ces hommes et toutes ces femmes qui chaussant leur paire de running, parcourent le territoire dans des quêtes personnelles. La course à pied apporte un sentiment de liberté, un bien être.

Fort de ce constat, il est difficile de courir seul, de débiter, de se faire plaisir en courant à son allure, au grès de ses envies ou de ses capacités du moment.

Il est triste de voir des individus se lancer dans l'aventure running sans être initié, accompagné, soutenu. Mais qu'il est agréable et parfois sécurisant de pratiquer une activité en liberté sans se sentir vulnérable.

« Seul on va vite, à plusieurs on va plus loin »

**Free Run Dampierre a pour but :**

Notre projet « associatif » est d'accueillir toutes les personnes qui souhaitent débiter la course à pied et découvrir l'activité, et bien sûr tous les coureurs qui pratiquent de manière régulière ou intensive. Chacun doit pouvoir trouver, dans l'association, ce qui lui convient : se maintenir en forme, se faire plaisir en groupe, se découvrir soi-même, progresser, se fixer des objectifs personnels, obtenir des conseils et ceci dans un esprit de partage et de convivialité. L'association a pour objectif de promouvoir la pratique loisir de la course à pied, que les adhérents se retrouvent avec plaisir pour partager le goût de l'effort, de courir en groupe dans la bonne humeur en découvrant les magnifiques sentiers et paysages de notre région.

**Ses objectifs :**

- 1 / De pratiquer la course à pied en toute liberté. Pratiquer la discipline quel que soit le niveau et l'ambition des adhérents. Mettre en œuvre des meneurs d'allures pour les différents niveaux de coureurs : vert pour les débutants, orange pour les confirmés et rouge pour les experts en quête de performances.
- 2 / De créer un rassemblement de coureurs, pour partager des sorties. En proposant des rendez-vous, des circuits en fonction des disponibilités et des rythmes de chacun.
- 3 / Partager des moments de convivialité autour d'une passion commune et de courir pour le plaisir. Permettre de s'entraider pour atteindre un niveau, briser l'isolement.
- 4 / Communiquer et partager sur le thème de la course à pied. Créer un réseau, partager des circuits, des idées de sorties, d'échanger sur les équipements du runner.
- 5 / Promouvoir des sorties communes, des épreuves, des compétitions au-delà des sentiers habituels.
- 6 / Organiser ponctuellement des événements fun et ludiques de type colors run, corrida de Noël, course à obstacles.

**Organisation des séances :**

03 séances hebdomadaires sont proposées :

Mercredi 18h00 (spécifique) – Vendredi 18h00 (EF) et Dimanche 09h30 (Sortie longue).

D'autres rendez-vous seront proposés via le groupe « Whatsapp » Free Run Dampierre.

Le point de rendez-vous seront fixés via le même support sur Dampierre en Burly. (Place du centre commercial, Etang...).

En fonction des participants, différentes sorties seront possibles en s'adaptant selon les possibilités.

Des conseils pourront être échangés.

**Conditions d'adhésion :**

L'adhésion est réservée aux majeurs. Un formulaire d'inscription devra être rempli, un certificat médical de non contre-indication à la course à pied y compris en compétition sera demandé. Il sera valable pour 3 ans.

Un règlement de 20 Euros est demandé pour toute inscription peu importe la date d'inscription.

L'adhésion couvre une année, de septembre à août et doit être renouvelée chaque année.

L'adhésion est conditionnée à l'acceptation du règlement et après avoir rempli les conditions.

**Radiation :**

Tout membre ne répondant pas au respect des termes du statut et du règlement intérieur ou adoptant un comportement contraire aux valeurs de l'association sera radié après décision du bureau.

**Responsabilité :**

L'association ne peut être tenue responsable en cas de blessure, accident ou incident ainsi que des dégradations subies au cours des activités. Les adhérents doivent prendre en charges les risques liés.

**Fonctionnement :**

L'association sera composée par :

**1 / Les membres actifs :**

Les personnes ayant remplies les conditions d'inscription et à jour de cotisation.

**2 / Les membres d'honneur :**

Les personnes assurant le fonctionnement du bureau. Elles ne sont pas soumises aux règles d'inscription et de cotisation.

**3 / L'assemblée générale :**

Cette instance sera constituée des membres actifs et disponibles et des membres d'honneur.

L'assemblée générale se réunir 1 fois par an, en début de saison).

**4 / Le bureau est composé comme suit :**

Président : Xavier Bourgeois

Trésorière : Valérie Bourgeois

Domiciliation de l'association :

**FREE RUN Dampierre**

**10 rue Amédée de Béhague 45570 Dampierre en Burly**

**Tél : 06.3317177 (Xavier)**

**freerundampierre@laposte.net**

**Groupe « Whatsapp » Free Run Dampierre**