



Saison 2020-2021

Equipe d'encadrement :

CREUSOT Christophe – Président - Encadrant	CHEVALLIEZ Laurent - Entraîneur
BOUILLOT Gladys – Secrétaire	BOUILLOT Stéphane - Entraîneur
JEANNOT Xavier – Trésorier - Entraîneur	Jean-François, Alain - Encadrants

Adresse électronique : contact@rollerclubhericourt.fr

Site internet : www.rollerclubhericourt.fr

Lieux de pratique : Gymnase du champ de foire
Halle des Sports Marcel Cerdan
Plateau du collège (par temps beau et sec)

Les horaires :

Groupe Initiation Enfants :	Séance de reprise : 07/09/2020
Gymnase du champ de foire	Lundi 18h00 – 20h00
Groupe Compétition (ERVAU) :	Séance de reprise : à confirmer
Gymnase du champ de foire	Mercredi 18h00 – 20h00
Groupe Vitesse Enfants :	Séance de reprise : 11/09/2020
Halle des Sports Marcel Cerdan	Vendredi 18h00 – 20h00
Groupe Adultes :	Séance de reprise : 11/09/2020
Halle des Sports Marcel Cerdan	Vendredi 20h00 – 22h00

Le calendrier des séances et lieux de pratique sont confirmés chaque semaine sur notre site internet.

Tarifs annuels :

- 90 Euro (70 Euro pour le 2^{ème} inscrit de la même famille)
- 70 Euro par personne pour les familles à partir de 3 licenciés
- 70 Euro pour un renouvellement d'inscription

Réduction de 10 € pour les résidents d'Héricourt (critère de la Municipalité)

Les tarifs d'inscription comprennent les coûts de licence obligatoire à la pratique du roller ainsi que l'assurance du club et les coûts pour la pratique des différentes activités et compétitions.

Documents nécessaires pour l'inscription :

- Fiche d'inscription dûment complétée et signée
- Certificat médical de moins d'1 an de non contre-indication à la pratique du roller en compétition (**ou attestation QS Sport pour un renouvellement**)
- 1 photo d'identité (**obligatoire pour la licence FFRS**)
 - Envoi possible de la photo par e-mail en début de saison
- Chèque de règlement de la cotisation

Equipement :

- Paire de rollers (cf. infos ci-dessous)
- Casque, protections pour genoux, coudes et poignets obligatoires
- **1 bouteille d'eau pour chaque séance ou sortie**

Pour une bonne pratique et spécialement pour les débutants, il est important d'avoir des rollers de bonne qualité, sans forcément investir dans du matériel professionnel.

Quelques conseils :

- Le serrage de la chaussure doit se faire par lacets et boucle
- Le patin de freinage peut être démonté facilement car très peu utilisé (Plusieurs techniques de freinage sont présentées pendant la saison)
- Pour les enfants, préférer des rollers à taille réglable permettant une utilisation sur plusieurs saisons
- N'hésitez pas à nous poser des questions avant tout achat !



Roller Club Héricourt

Saison 2020-2021



Informations importantes et restrictions concernant la crise sanitaire du COVID :

Pour le respect de chacune et chacun, nous nous voyons dans l'obligation de mettre en place les règles suivantes :

- Chacun sera responsable à son niveau du suivi des règles générales de prudence et du respect des distanciations nécessaires
- Les séances de roller seront limitées à une vingtaine de patineurs environ
- Le port du masque est obligatoire pour tous lors de l'accès au gymnase (enfants à partir de 11 ans)
- Seuls les patineurs pourront enlever leur masque pour le déroulement de la séance
- Les accès au gymnase se feront suivant les sens de circulation indiqués par les encadrants (entrée et sortie séparées)
- L'accès au gymnase sera limité à 1 accompagnant pour chaque patineur
- Les vestiaires collectifs ne pourront pas être utilisés
- Chaque patineur devra utiliser uniquement son propre matériel : patins, casque, protections poignets, coudes et genoux, 1 gourde ou bouteille d'eau
- Chaque groupe patineur + accompagnant se placera sur les estrades pour s'équiper en observant toujours une distance minimum d'1 mètre entre chaque groupe
- Aucune aide pour s'équiper ne pourra être fournie et aucun matériel ne devra être échangé entre patineurs.
- Lors de chaque séance les distanciations entre patineurs devront être respectées, notamment :
 - o Distance de 5 mètres minimum entre patineurs lors des déplacements
 - o Distance de 2 mètres entre patineurs lors des efforts statiques (échauffements, exercices à l'arrêt, etc.)
 - o Distance de 1 mètre entre patineurs lors des arrêts (présentation des instructions, attente exercice)
- Les patineurs devront impérativement respecter les sens de déplacements indiqués par les entraîneurs et encadrants
- Pour les nouveaux patineurs, 2 séances d'essai seront possibles mais sans prêt de matériel
- Age minimum accepté pour les nouveaux patineurs : 8 ans
- Un recensement des participants et accompagnants avec leur numéro de portable sera effectué à chaque séance
- Lors des séances seul l'encadrant/entraîneur pourra manipuler le matériel sportif (cerceaux, cônes, etc.)
- Chaque participant devra nettoyer son matériel avant et après chaque séance (avec des lingettes par exemple)

→ Le club se réserve le droit d'exclure temporairement ou définitivement les personnes qui ne respectent pas les règles sanitaires visant à protéger chacune et chacun des patineurs et encadrants. Merci d'en prendre bonne note.