

Règlement d'ordre intérieur

Le « NordiClub Villersois » se veut être un club familial. Il a été créé dans le but de rassembler des gens, souhaitant partager des moments sportifs et conviviaux autour de la marche nordique, dans le respect de chacun, quel que soit son niveau de compétence et sans esprit de compétition.

Nous avons le privilège d'être présents sur les communes de Les Bons Villers (HT) et Villers-la-Ville (BW).

Nous sommes affiliés à l'Association Francophone Belge de Marche Nordique reconnue par la ligue belge francophone d'athlétisme.

Affiliation

Tout marcheur nordique désirant adhérer au NordiClub Villersois asbl (NCV) :

- Aura 16 ans minimum ;
- Aura suivi un cycle d'initiation au NCV ou dans un autre club et pourra démontrer sa technique auprès du moniteur ;
- Sera correctement équipé : Voir **Equipement** ci-dessous ;
- Fournira le formulaire d'inscription et le formulaire d'informations médicales, complétés et signés ;
- Versera le montant de la cotisation annuelle sur le compte du club endéans les 10 jours :
Compte BE66 0018 3497 2743 - Communication : « cotisation + nom + prénom »
> 45€/personne (de 1^{er} janvier au 31 décembre)
> pour une première affiliation en cours de saison (à partir de mai) : 35€/personne
> pour une première affiliation en cours de saison (à partir de septembre) : 25€/personne
Certaines mutuelles interviennent dans l'inscription à un club sportif.

La cotisation donne libre accès aux activités du club à l'exception des cycles d'initiation. Le club se réserve le droit de demander une participation à certaines activités spéciales, les membres en seront informés préalablement.

Assurance :

- Chaque membre est assuré pour les activités qu'il effectue en compagnie du moniteur / animateur ;
- Cette couverture n'est prévue que pour les sorties et activités prévues à l'agenda NCV.

Equipement

Tout marcheur doit être équipé correctement :

- Bâtons de marche nordique et de leurs bouchons. Location possible (5€) au sein du club. Si vous souhaitez en acheter, nos moniteurs peuvent vous conseiller ;
- Chaussures souples, crantées, adaptées à la marche sur sentiers ;
- Vêtements adaptés aux conditions climatiques ;
- Eau, collations, etc.

Sécurité

Utilisation des bâtons :

- Les bâtons sont toujours dirigés pointes vers le bas ;
- Mettre les bouchons lors des exercices d'échauffement et d'étirement ;
- Garder une distance de sécurité de 2m avec le marcheur qui est devant soi ;
- Respecter les consignes données par l'instructeur et/ou l'animateur

Sorties et cycles d'initiation

Cycles d'initiation en 5 séances :

- Indispensable pour l'affiliation au club ;
- Hors cotisation ;
- Plusieurs cycles par an sont programmés – voir agenda auprès du moniteur instructeur.

Sont comprises dans l'affiliation :

- 1 sortie encadrée par mois : échauffement, étirement – encadrement par instructeur avec correction de la gestuelle - allure du groupe ;
- Balades : Promenades balisées Adeps - Hainaut Sport - etc. - distance suggérée 10km – plusieurs groupes possibles selon allure des marcheurs présents – encadrement par animateur et/ou instructeur ;
- Sorties soutenues : cardio - dénivelés - renforcement musculaire - allure soutenue - fractionné – etc. selon possibilités e l'instructeur ;

Le club peut aussi proposer des activités exceptionnelles et différentes moyennant participation, ou pas.

Covoiturage :

- Un point de départ covoiturage sera fixé pour chaque sortie ;
- Nous conseillons à tous nos membres de covoiturer autant que possible.

Nordic Power

Discipline complémentaire à la marche nordique alliant marche nordique avec bâtons lestés et travail de fitness avec élastiques

- Un cours de 1h dispensé par semaine
- Hors cotisation

Membres du club

L'instructeur / animateur :

- L'instructeur (formation Ibfa exigée) est la personne apte à encadrer les sorties mensuelles, les sorties modérées et les sorties soutenues ; Il gère également les cycles d'initiation et/ou les séances de Nordic Power
- L'animateur (formation Ibfa exigée) est la personne apte à encadrer les marcheurs lors des balades et à aider l'instructeur dans les autres sorties.

Le marcheur :

- Respecte les consignes de l'instructeur / animateur ;
- Est à l'heure au départ des sorties ;
- Déclare renoncer à tous droits à l'image lors de photos, ou vidéos, prises dans le cadre des activités ou le signale par écrit.

Le club insiste sur l'importance, par tous les membres, de respecter des valeurs essentielles telles que le respect de l'autre, de l'environnement, l'esprit de groupe (les plus rapides viennent rechercher les plus lents), l'entraide, la bienveillance, etc.

Statuts

Le premier conseil d'administration du club est composé de :

Axel Ballant – Président ; Nadia Raguzzi – Secrétaire et trésorière ; Tim Sion – Logistique ; David Hocquet – Secrétaire adjoint et communication