

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## Cadre réservé au bureau du COC Judo

<input type="checkbox"/>	QS – SPORT Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif	<input type="checkbox"/>	Certificat Médical pour les compétitions
<input type="checkbox"/>	Justificatif de domicile (Facture Téléphone, Internet, EDF...)	<input type="checkbox"/>	Condition de règlement et Paiement



## FICHE INDIVIDUELLE D'INSCRIPTION

### 2025-2026

(Une fiche d'inscription par personne)

Ludovic Cabaribere,  
Raymond Grimal,  
Jean Barcelo,

Président : 06 11 76 62 50  
Trésorier : 06 20 57 80 41  
Professeur : 06 89 81 86 37



Il s'agit d'un renouvellement

## LE LICENCIÉ

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Sexe :  Masculin  Féminin

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_ Numéro de portable : \_\_\_\_\_

Adresse E-mail \* : \_\_\_\_\_

**\* ATTENTION : Cette adresse mail vous servira pour accéder à votre espace licencié.**



ceinture Blanche



ceinture Blanche / Jaune



ceinture Jaune



ceinture Jaune / Orange



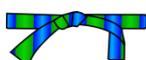
ceinture Orange



ceinture Orange / Verte



ceinture Verte



ceinture Verte / Bleue



ceinture Bleue



ceinture Bleue / Marron



ceinture Marron



ceinture Noire (..... DAN)

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## POUR LES MINEURS

Nom et prénoms des parents ou des responsables légaux

### RESPONSABLE 1 :

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse (si différente de l'enfant) \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_ Numéro de portable : \_\_\_\_\_

Adresse E-mail **EN MAJUSCULES** : \_\_\_\_\_

*Cette adresse mail servira pour l'accès à l'espace licencié de votre enfant.*

### RESPONSABLE 2 :

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse (si différente de l'enfant) \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_ Numéro de portable : \_\_\_\_\_

Adresse E-mail **EN MAJUSCULES** : \_\_\_\_\_

### AUTRE PERSONNE A PREVENIR EN CAS D'URGENCE :

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

## DOCUMENTS OBLIGATOIRES A FOURNIR POUR L'INSCRIPTION

Le questionnaire QS – SPORT Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif et pour les compétitions un certificat médical.

Un Justificatif de domicile (Facture Téléphone, Internet, EDF ...)

## AUTRES RENSEIGNEMENTS

Taille (hauteur) en cm : ..... Taille Vêtements (Haut : Tee-Shirt / Sweat) : \_\_\_\_\_

Pointure : .....

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## LES CATEGORIES D'AGES AU JUDO

<b>Baby Judo nés en 2020-2021</b> <i>âge indicatif : 4 - 5 ans</i>	<b>Minimes nés en 2012-2013</b> <i>soit 12 - 13 ans</i>
<b>Mini Poussins nés en 2018-2019</b> <i>âge indicatif : 6 - 7 ans</i>	<b>Cadets nés en 2009-2010-2011</b> <i>soit 14 -15 - 16 ans</i>
<b>Poussins nés en 2016-2017</b> <i>âge indicatif : 8 - 9 ans</i>	<b>Juniors nés en 2006-2007-2008</b> <i>soit 17 - 18 - 19 ans</i>
<b>Benjamins nés en 2014-2015</b> <i>âge indicatif : 10 - 11 ans</i>	<b>Séniors nés en 2005 et avant</b> <i>soit 20 ans et +</i>

## LES HORAIRES : Saison 2025 – 2026

	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00 10h00		Baby Judo			Baby Judo
10h00 11h00		Mini Poussins			Ju Jitsu Self Défense
17h30 18h30	Vétérans / Séniors	Poussins	Vétérans / Séniors	Poussins	14h00 KATA Préparation CN 16h00
18h30 19h30	Benjamins-Minimes		Benjamins-Minimes	Mini Poussins	
19h30 21h00	Cadets - Juniors Séniors		Cadets - Juniors Séniors		

## LES TARIFS : Saison 2025 - 2026

La cotisation comprend la licence Fédération Française de Judo et Disciplines Associées (46 € / an) assurance comprise et la cotisation au COC JUDO.

	Habitant de CABESTANY	Habitant HORS Cabestany
BABY JUDO 2020-2021	220 € / an	250 € / an
né(e) entre 2019 à 2014	250 € / an	280 € / an
né(e) entre 2013 à 2006	270 € / an	300 € / an
né(e) en 2005 et avant	290 € / an	320 € / an
Vétérans de + de 65 ans	230 € / an	

**Tarifs préférentiel pour les familles inscrivant 2 personnes ou plus.**

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## Conditions de règlement

- La cotisation est annuelle le judoka ( ou le responsable légal de ce dernier) s'engage à s'acquitter de la totalité de cette cotisation.
- Paiement par chèque à l'ordre du COC JUDO et paiement en espèces accepté.
- Facilité de paiement : Le COC Judo accepte un paiement en 4 fois.
- La remise des chèques est **Obligatoire à l'inscription.**
- Les chèques seront encaissés le 15 de chaque mois.
- En cas d'abandon du Judoka en cours de saison sportive la totalité de la cotisation est due.
- Aucune licence ne sera prise auprès de la fédération sans que la totalité du paiement soit effectué.
- Le club donne accès aux installations uniquement aux personnes dont le dossier et le paiement sont complets

Je soussigné... avoir pris connaissance des conditions de règlement.

Cabestany, le \_\_\_\_\_ 20\_\_

Signature de l'adhérent ou ses représentants précédés de la mention « lu et approuvé.»

### *Cadre réservé au bureau du COC Judo*

Montant à régler : .....: \_\_\_\_\_

Tarif préférentiel (30 € / frère, sœur, père, mère) .....: \_\_\_\_\_

Bon CAF : .....: \_\_\_\_\_

PASS SPORT : N° : .....: \_\_\_\_\_

Reste à Payer : .....: \_\_\_\_\_

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## Règlement Intérieur au COC JUDO

### Article 1 : Limites de responsabilité du COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

- Le COC Judo AMDA dégage toute responsabilité pour tout préjudice corporel ou autre subi lors de cours d'essai.
- Les affaires sensibles ne doivent pas être laissées dans les vestiaires et sont sous la responsabilité de l'adhérent. Le COC Judo AMDA décline toutes responsabilités en cas de pertes, litiges ou vols de bijoux ou autres biens personnels.

### Article 2 : Déontologie, attitude, comportement

- Chaque personne accédant à la salle de Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées se doit d'avoir une attitude et un comportement correct et assujéti à toutes les valeurs promulguées par les arts martiaux et sports de combats. Tout manquement verbal, toute ségrégation, tout signe distinctif (dont les moniteurs, professeurs et les membres du Bureau sont les seuls juges) peuvent entraîner de la remarque à l'expulsion et même la radiation de l'adhérent (sur avis du Bureau).

### Article 3 : Adhésions

- L'adhésion aux cours du COC Judo AMDA implique le respect des statuts et du règlement intérieur.
- Le nouvel adhérent doit régler intégralement sa cotisation dès sa première séance (après ses 2 d'essais), ceci afin de régulariser sa situation vis-à-vis de l'association et surtout pour être assuré et couvert pendant l'activité. Des modalités de paiement peuvent être prévues avec des dates précises pour les prélèvements avec l'accord du Bureau. Toute personne n'ayant pas réglé l'adhésion et les cours se verra refuser l'accès au cours.
- Les dossiers doivent être rendus complets et signés à un membre du bureau.

### Article 4 : Période d'essai

- Deux cours d'essai sont réservés aux nouveaux adhérents.
- Les non adhérents doivent se faire connaître avant le début des cours auprès des professeurs qui détiennent la liste et connaissent les adhérents de leur discipline.

### Article 5 : Présence et discipline dans la salle de Judo

- Il est formellement interdit d'accéder au dojo en l'absence du professeur.
- Il est formellement interdit d'utiliser le matériel et les accessoires en l'absence du professeur.
- Les judokas sont tenus de respecter les horaires de cours en vigueur lors de leurs inscriptions.
- Les spectateurs, adhérents en attente de leur séance doivent respecter le silence dans le dojo.
- Chaque adhérent doit avoir une attitude correcte envers ses partenaires et professeurs.
- Les parents ne doivent pas déposer les enfants sur le parking, ils doivent venir jusqu'au dojo pour s'assurer que le cours a bien lieu et laisser leurs enfants au professeur ou à un membre du Bureau.

### Article 6 : Photos, vidéos, publicité

- Chaque adhérent accepte que des photos, vidéos prises pendant les activités de l'association soient exposées ou diffusées.

### Article 7 : Vestiaires et rangement des affaires

- Le changement de tenue se fera dans le vestiaire. Il est interdit de se déshabiller et de s'habiller hors des vestiaires.
- La salle dispose de douches dans les vestiaires des hommes et des femmes. A l'égard du nombre, vous êtes priés de les utiliser rapidement après les entraînements.
- Le vestiaire doit rester propres et ranger durant toute l'année sportive.

### Article 8 : Sont interdits sur le tatami pour des raisons de sécurité

- Les boucles d'oreilles, les bracelets, les montres, les colliers ou tout objet qui risque de créer des blessures.

### Article 9 : Hygiène, boisson et alimentation

- Il est obligatoire d'utiliser des zooris, tongues pour l'accès au tatami,
- Le kimono ou la tenue de l'activité pratiquée doit être propre
- Les ongles entretenus et coupés courts,
- Il est interdit de marcher sur les tatamis avec des chaussures à moins que celles-ci soient prévues dans le cadre d'une activité martiale ou sport de combat.
- Les pratiquants doivent s'il le souhaite amener une gourde d'eau personnelle au bord du tapis.
- Il est interdit de boire et de manger sur le tapis.

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

## Article 10 : Départ du Club en cours de saison

- Tout départ du club sur décision du licencié, ne pourra faire l'objet d'un remboursement de la cotisation. Le remboursement s'effectuera à condition de présenter un justificatif médical et au prorata de l'avancement de la saison sportive.

## Article 11 : Application du règlement intérieur

- Seuls les membres du bureau et le professeur sont chargés chacun en ce qui les concerne de l'exécution du présent règlement.

Le Bureau du COC JUDO AMDA

Je soussigné... avoir pris connaissance et de respecter le règlement intérieur du COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées.

Cabestany, le \_\_\_\_\_ 20\_\_

Signature de l'adhérent ou ses représentants précédés de la mention « lu et approuvé.»

## AUTORISATIONS

✓ Je soussigné(e) \_\_\_\_\_ autorise :

- les responsables du **COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées** à prendre toutes des décisions d'urgences en cas d'accident.
- les responsables du **COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées** à transporter l'enfant dans le véhicule du club ou dans leur véhicule personnel lors de déplacements sportifs et stages.
- J'autorise\* / Je n'autorise pas\* le **COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées** à utiliser les photographies ou vidéos prises lors de la pratique du judo pour les publier sur les réseaux sociaux, le site internet du club, le Cables'Info et la presse locale.

Cabestany, le \_\_\_\_\_ 20\_\_

Signatures précédées de la mention « lu et approuvé. Bon pour avoir »

# QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR



En vue de l'obtention, du renouvellement d'une licence d'une fédération sportive ou de l'inscription à une compétition sportive autorisée par une fédération agréée, hors disciplines, à contraintes particulières.

*Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.*

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux garder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.			
Tu es : <input type="checkbox"/> une fille <input type="checkbox"/> un garçon		OUI	NON
Ton âge : <input type="text"/> ans			
L'année dernière	Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		
	As-tu été opéré(e) ?		
	As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		
	As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		
	As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		
	As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		
	As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		
	As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		
	As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		
	As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		
	As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		
Ces 2 dernières semaines	Te sens-tu très fatigué(e) ?		
	As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		
	Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		
	Te sens-tu triste ou inquiet ?		
	Pleures-tu plus souvent ?		
	Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		
Aujourd'hui	Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		
	Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		
	Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		

# COC Judo Arts Martiaux et Disciplines Associées

À faire remplir par les parents		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?		
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)		

Si tu as répondu **OUI** à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.



**PRISE DE LICENCE  
MINEURS**

**ATTESTATION  
QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR**

Je soussigné M/Mme [Prénom NOM]..... ,  
en ma qualité de représentant légal de [Prénom NOM]..... ,  
atteste qu'il/elle a renseigné le questionnaire **RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU  
SPORTIF MINEUR** (arrêté du 7 mai 2021) et a répondu par la négative à l'ensemble des  
rubriques.

Date et signature du représentant légal.

# CERTIFICAT MÉDICAL

Saison Sportive 2025-2026

Je soussigné Docteur .....

Atteste que M. / Mme ou l'enfant.....  
.....  
.....  
.....

Ne présente aucune contre-indications apparentes à la pratique du Judo / Ju-jitsu en Club et en compétition.

Fait à : ..... Le : .....

Cachet et Signature du Médecin

