

Membres du bureau et différentes commissions du Castres Athlétisme :

Fonction	Prénom et Nom	Adresse mail	N° de contact	Commissions
Présidente	Sandrine GARDES	sgardes@yahoo.fr	06 84 31 29 95	Juge / Buvette
Secrétaire	Philippe TERRAL	philippe.terral@outlook.fr	06 43 45 69 67	Technique / Perf Handisport / Running
Trésorier	Jean-Pierre DARDENNE	jeanpierredardenne@yahoo.fr	06 83 53 02 62	Technique / Perf
	Nicolas DE NEVE			Médical
	Stéphane MOTHEAU			
	Maxence RAMPNOUX			
Salariés	Christophe BERTINO	cbertino@gmail.com	07 67 39 76 77	Athlé Santé Loisir
	Dominique CANTI	castres.athletisme@gmail.com	07 72 06 43 41	Technique / Perf

Contact / Renseignements : Dominique CANTI / castres.athletisme@gmail.com / 07 72 06 43 41

1. Les horaires d'entraînements

LUNDI	18h30 à 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique <u>Active</u> Rythme équilibré / niveau moyen	Licence Athlé Santé
MARDI	10h00 à 11h15	Athlé Santé Loisir : Sport Santé + Remise en forme	Licence Athlé Santé
	14h30 à 16h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Cardio Rythme équilibré / niveau moyen	Licence Athlé Santé
	17h30 à 19h30	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2011 et plus)	Licence Compétition
	19h00 à 20h30	Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail	Licence Running
MERCREDI	9h30 à 11h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique <u>Douce</u>	Licence Athlé Santé
	14h00 à 15h30	EA - Eveils Athlétique (2020)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00	EA - Eveils Athlétique (2019 et 2018)	Licence Découverte
	14h00 à 16h00	PO - Poussin(e)s (2017 et 2016)	Licence Découverte
	16h00 à 18h00	BE/MI - Benjamin(e)s et Minimes (2015 à 2012)	Licence Compétition
	18h30 à 20h00	Athlé Santé Loisir : Nordic'Fit	
	18h30 à 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique <u>Sportive</u> Rythme rapide, niveau avancé	Licence Athlé Santé
JEUDI	10h00 à 11h30	Sport Adapté	Licence FFSA
	12h15 à 13h30	Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail (stade ou nature)	Licence Athlé Santé
	12h15 à 13h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Running
	17h30 à 19h30	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2011 et plus)	Licence Compétition
VENDREDI	17h30 à 19h00	BE/MI : Benjamin(e)s et Minimes (2015 à 2012)	Licence Compétition
	19h15 à 20h45	Athlé Santé Loisir : Condition Physique / PPG	Licence Athlé Running
SAMEDI	09h00 à 10h15	BA - Baby-Athlé (2022 et 2021)	Licence Découverte
	10h30 à 12h00	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport (2011 et plus)	Licence Compétition

Les entraînements des Eveils Athlé (EA) et Poussins (PO) se déroulent au Stade du Travet, Bd Albert Thomas à Castres.
En cas de pluie ou mauvais temps, l'entraînement se déroulera au gymnase du Travet, juste à côté du stade, en cas
uniquement de disponibilité de ce dernier.

2. Les différents entraîneurs et différentes catégories d'âges

Catégories d'âges	Année de naissance	Nombre de places disponibles	Responsables et entraineurs
MA – Masters	1987 et avant	illimité	CANTI Dominique (Multi-disciplines) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com CONJUNGO Michael (Lancers) 06 86 56 10 01 / conjungo@yahoo.fr DARDENNE Jean-Pierre (Multi-disciplines) 06 83 53 02 62 / jeanpierredardenne@yahoo.fr TERRAL PHILIPPE (1/2 fond et marche) 06 80 20 03 13 / philippe.terral0237@orange.fr GARDES Sandrine (Lancers) 06 84 31 29 95 / sgardes@yahoo.fr
SE – Seniors	2004 à 1988	illimité	
U23 – Espoirs	2007 à 2005	illimité	
U20 – Juniors	2009 et 2008	20 par groupe de spécialités	
U18 – Cadets	2011 et 2010		
U16 – Minimes	2013 et 2012	60 places	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com BERTINO Christophe GARDES Sandrine
U14 – Benjamins	2015 et 2014		
U12 Poussins	2017 et 2016	50 places	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com GARDES Sandrine 06 84 31 29 95 / sgardes@yahoo.fr FABAS Gilles / MOURET Frédéric
U10 Eveils Athlé	2020 à 2018	25 places par année de naissance soit 75 places	BERTINO Christophe 07 67 39 76 77 / cbertino@gmail.com CONJUNGO Michael 06 86 56 10 01 / conjungo@yahoo.fr LAVIGNE Caroline / LUGAT René + jeunes athlètes et parents du club
U7 Babys Athlé	2022 et 2021	40 places	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com GARDES Sandrine + jeunes athlètes du club

Marche Nordique	BERTINO Christophe (Mardi après-midi et Jeudi midi) 07 67 39 76 77 / cbertino@gmail.com CANTI Dominique (Mercredi matin) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com MARTY Marie Pierre (Lundi + Mercredi soir) 06 80 36 88 35 / castres.athletisme@gmail.com
Running	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Condition Physique / PPG	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Remise en forme / Nordic'Fit	CANTI Dominique (Mardi matin et mercredi soir) 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com
Sport Adapté / Handisport	CANTI Dominique 07 72 06 43 41 / castres.athletisme@gmail.com

3. Prendre une Licence

Tarifs Annuels des licences

- Licence Athlé Compétition : **190€**
Les licenciés désirant faire des compétitions devront acheter le débardeur Tarn Sud Athlétisme au prix de 25€
- Licence Athlé Santé Loisir ou Athlé Running Loisir ou Athlé Découverte : **190€**
- Tarif étudiant : **140€** (post baccalauréat – joindre la copie de la carte étudiant)
- Tarif entraîneur jeune (saison 2025/2026) : **80€**
- **TARIF FAMILLE** : 175€ pour 2^{ème} adhérent, 160€ pour 3^{ème} adhérent et suivant d'une même famille

Ce tarif comprend :

- L'assurance Individuelle Accident de la Fédération Française d'Athlétisme,
- L'inscription payante de certaines compétitions,
- Les déplacements en bus pour tous les athlètes (licence découverte et compétition),
- Le remboursement de certaines courses du Challenge du parc naturel régional du Haut Languedoc pour les licenciés Running.

Mode de Règlement :

- Par chèque bancaire à l'ordre du **Castres Athlétisme**.
- En 3 ou 4 fois par chèque bancaire, dans ce cas l'ensemble des chèques du montant total de la cotisation est déposé avec le dossier et la date d'encaissement des chèques précisée au dos.
- En Chèques Vacances ANCV ou Coupon Sport ANCV
- Le Pass'Sport délivré par la CAF (**avant le 31/10/2026**)
- Les Pass loisir de la MSA.
- Chéquier Collégiens du Conseil Départemental du Tarn.

Le tee-shirt BLEU du CASTRES ATHLETISME est offert pour toute inscription.

Il est possible de participer à 2 séances d'essais, toutefois, à partir du 1^{er} octobre 2026, tous les enfants, ainsi que les adultes, doivent être licenciés afin d'être en règle au niveau de l'assurance.

La cotisation (190€) ne pourra plus être remboursée une fois que la licence aura été enregistrée à la Fédération Française d'Athlétisme. Merci de remettre votre dossier d'inscription une fois que votre enfant ou vous-même êtes sûrs de son ou votre engagement pour l'année.

Documents à retourner pour que le dossier soit complet :

- **Le formulaire d'adhésion** (rempli en lettres capitales et signé)
- **La cotisation annuelle** (dans son intégralité)

À la suite de l'enregistrement de votre licence, vous recevrez un mail de la fédération pour finaliser votre inscription en validant le Parcours Prévention Santé.

4. Vie interne au Castres Athlétisme

Le Castres Athlétisme dispose d'un site internet où vous pourrez retrouver toutes les informations concernant les entraînements, les compétitions, les résultats, les articles, les photos...

www.castres-athletisme.fr ou sur www.tarn-sud-athletisme.fr

Rejoignez-nous aussi sur **Facebook**  ou sur **YouTube**  où vous retrouverez toutes les vidéos du club.

**Vous souhaitez pour investir au sein du club mais vous n'avez pas beaucoup de temps ?
Aucun souci, le Castres Athlétisme a besoin de bénévoles à tout moment de la saison ! Lors des entraînements, des buvettes, des événements internes (Meeting de Castres, Compétitions, Fête du club ...), des compétitions comme juge ou même comme encadrant si vous le souhaitez !**

Vous souhaitez devenir partenaire du Castres Athlétisme ou vous connaissez quelqu'un susceptible d'être intéressé, envoyez un mail à : partenariat@castres-athletisme.fr . Merci.

FORMULAIRE D'ADHÉSION AU CASTRES ATHLÉTISME (2026/2027)

MARCHE NORDIQUE – REMISE EN FORME – NORDIC'FIT

LICENCIÉ DURANT LA SAISON 2025/2026 (<i>même dans un autre club ?</i>)		OUI / NON
N° DE LICENCE	NATIONALITÉ	SEXE F / M
NOM	PRÉNOM	
DATE DE NAISSANCE	// //	LIEU DE NAISSANCE
ADRESSE		
CODE POSTAL	VILLE	
TÉLÉPHONE n°1	TÉLÉPHONE n°2	
ADRESSE EMAIL (OBLIGATOIRE)		@
2 ^{ème} ADRESSE EMAIL (si besoin)		@

SOUHAITEZ-VOUS UNE FACTURE ? OUI / NON

DÉSIRE M'INSCRIRE AU CLUB DU CASTRES ATHLÉTISME et ACCEPTE LA CHARTE DE L'ATHLÈTE CI-JOINTE.

Taille du T-shirt : 4ans - 6ans - 8ans - 10ans - 12ans - XS - S - M - L - XL - XXL

Signature

CERTIFICAT MEDICAL / QUESTIONNAIRE DE SANTE / PPS

Les personnes majeures devront passer le Parcours Prévention santé (PPS) lors de la validation de leur licence sur leur espace licencié FFA. En cas de contre-indication, un certificat médical de moins de 3 mois de non-contre-indication à la pratique de la marche nordique leur sera demandé pour valider définitivement la licence.

DROIT A L'IMAGE

J'autorise / Je n'autorise pas le Castres Athlétisme à utiliser mon image sur tout support destiné à la promotion du Club à l'exclusion de toute utilisation à titre commercial.

Fait à _____ Le _____

Signature

CADRE RESERVE AU TRESORIER DU CLUB

ESPECES	CHEQUES	VIREMENT	CHEQUE TARN	PASS SPORT	ANCV	MSA
						 Non déductible Papier à tamponner