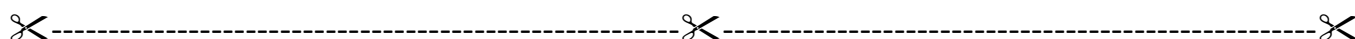




# Licences 2020-2021

## ATTENTION

- **IL NE SERA PAS POSSIBLE DE JOUER SANS QUE LA LICENCE NE SOIT RENDUE COMPLÈTE.**
- ÉTALEMENT DU PAIEMENT POSSIBLE EN PLUSIEURS FOIS (À CONDITION DE DONNER L'ENSEMBLE DES CHÈQUES A ENCAISSER AUX DIFFERENTES DATES, EN DÉBUT DE SAISON).
- DES PERMANENCES EN FIN ET/OU DÉBUT D'ENTRAÎNEMENT SERONT TENUES POUR RENDRE **LES LICENCES COMPLÈTES !**



## LES EVENEMENTS DE L'ANNÉE À RETENIR

- REPAS DANSANT
- MOULES-FRITES

Les dates de ces événements vous seront transmises dès que possible.

N'hésitez pas à suivre la page Facebook du Club pour suivre les autres manifestations :  
Handball club Saint Maurice l'Exil





## NOTICE EXPLICATIVE POUR L'INSCRIPTION

Vous trouverez dans la pochette plastique, les documents qui nous seront nécessaires à l'inscription pour la saison

### POUR UNE INSCRIPTION ET UN RENOUVELLEMENT

- Un certificat médical OBLIGATOIRE avec mention « en compétition » - (feuille jointe à votre dossier)
- Un formulaire d'inscription
- Un questionnaire reprise post-confinement
- Une photocopie carte identité
- Un formulaire « Décharge FFHB pour les mineurs ».
- 1 Photo,
- La photocopie de votre PASS REGION si lycéen
- Un règlement libellé à l'ordre du HBSM

Toutes ces pièces nous sont absolument nécessaires pour établir votre licence.  
Pour le règlement : POSSIBILITE DE FAIRE PLUSIEURS CHEQUES.

**Toutefois aucune licence ne sera validée sans la totalité du règlement.  
Tout dossier incomplet ne sera pas accepté.**

---

### TARIFS LICENCES POUR LA SAISON

CATÉGORIE	PRIX DE LA LICENCE
Baby-Hand (après 2013)	60,00€
Mini-Hand (2012-2013)	80,00€
-11 Filles & Garçons (2010-2011) -13 Filles & Garçons (2008-2009)	90,00€
-15 Filles & Garçons (2006-2007) -18 Filles & Garçons (2003-2005)	115,00€
Loisirs	135,00€
Seniors Filles & Garçons (2002 et avant)	145,00€

A noter : le prix des licences inclus le calendrier 2020-2021 qui vous sera remis dès impression.



**FORMULAIRE D'INSCRIPTION**

Nom : ..... Prénom : .....

Date et lieu de Naissance : ..... Dpt de Naissance : .....

Nationalité : ..... **POINTURE (CHAUSSETTES) :** .....

.....DROITIER..... OU .....GAUCHER..... (Entourez la bonne réponse)

Adresse : .....  
.....

Tél Domicile : ..... Tél Portable : .....

Tél Portable du joueur : .....

**CATEGORIE HAND (EX : SENIORS GARÇONS)** .....



E-mail.....

Remarques importantes.....

**NOTE SUPPLÉMENTAIRE :**

Pour tous les licenciés majeurs, il vous sera demandé de faire  
**AU MOINS 4 TABLES DE MARQUE OU BUVETTE DANS L'ANNEE**  
pour aider le bureau et faire vivre votre club.

**Merci de TOUS jouer le jeu et merci pour votre aide !**

## Pack SAISON 2020-2021 : 27 euros

Règlement à faire à l'ordre du HBSM

Commande et réception des packs aux buvettes du HBSM lors des matchs à la salle Omnisports !

NOM et Prénom : .....

Catégorie (ex : Mini-Hand, -11G) : .....

Tailles des chaussettes (du 19 au 46) : .....

Tailles du short (du 6 au 14 ans au XS au XL) : .....

Taille du Tee-shirt (du 6 au 14 ans au XS au XL) : .....

# HAND ST MAURICE

2020-2021

**PACK**



MAILLOT ESTRO 19:  
NOIR/BLANC



SHORT PARMA 16  
ROUGE/BLANC



CHAUSSETTES  
SPORT CO  
NOIRE



SAC A CHAUSSURE



# CERTIFICAT MÉDICAL

(Article L231-2 du code du sport)

Je soussigné(e), docteur

certifie avoir examiné ce jour M. M<sup>me</sup>

né(e) le (jj/mm/aaaa) :

**et n'avoir décelé aucune contre-indication à la pratique du handball en compétition ou en loisir.**

Date (jj/mm/aaaa) :

**Signature et tampon du praticien**  
*obligatoires*

*Données morphologiques facultatives communiquées pour permettre une analyse globale fédérale anonymée :*

## QUESTIONNAIRE REPRISE POST CONFINEMENT



Nom :

Prénom :

Date :

Température :

**Depuis le confinement puis le déconfinement :**

- Avez-vous consulté un médecin ?  oui  non
- Avez-vous bénéficié d'une téléconsultation avec un médecin ?  oui  non
- Avez-vous déclaré une blessure ou une maladie (sans rapport avec le Covid-19) ?  oui  non

**Pendant le confinement ou depuis le début du déconfinement, avez-vous présenté les signes suivants :**

	Oui	Non	Survenue brutale ?	Date apparition	Durée en jours
Fièvre (+/- frissons, sueurs)					
Toux					
Difficulté à respirer					
Douleur ou gêne thoracique					
Douleurs musculaires inexpliquées					
Fatigue intense					
Maux de tête inhabituels					
Perte de l'odorat					
Perte du goût					
Maux de gorge					
Troubles digestifs associés (diarrhée)					
Eruption cutanée					
Engelures (orteil ou doigt violacé)					

- Avez-vous été dépisté  oui  non
- Si oui: date et résultat du test  positif  négatif

**Depuis le début du confinement puis du déconfinement, y a-t-il eu dans votre entourage proche :**

- Des personnes malades du Covid-19 ou suspectes de Covid-19  oui  non

- Avez-vous pris +de 5kg pendant le confinement ?  oui  non

- Avez-vous limité votre activité physique à moins de 2 fois par semaine depuis mars ?  oui  non

**Avez-vous ressenti au cours des efforts physiques :**

- Une difficulté à faire un exercice facile pour vous habituellement ?  oui  non
- Vous essoufflez-vous plus vite ?  oui  non
- Avez-vous plus de courbatures qu'avant ?  oui  non
- Votre fréquence cardiaque au repos est-elle plus rapide qu'avant ?  oui  non
- Avez-vous ressenti des palpitations ?  oui  non

**Comment vous sentez-vous d'un point de vue général sur une échelle de 1 à 10 ?**

(0 = méforme totale et 10 = forme excellente)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Depuis le déconfinement :**

- Ressentez-vous des appréhensions à la reprise sportive ?  oui  non
- Ressentez-vous du stress ou de l'anxiété avec le déconfinement (sur une échelle de 1 à 10) ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

- Avez-vous eu des troubles du sommeil ?  oui  non

**Maintenant :**

- Souhaitez-vous une aide ou un soutien psychologique pour la reprise, si vous avez des questions ou des appréhensions personnelles ou en rapport avec la motivation ou la performance ?  oui  non

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE HANDBALL

1, rue Daniel-Costantini, CS 90047 | T. +33 (0)1 56 70 72 72 | ffb@ffhandball.net  
 94046 CRÉTEIL Cedex | F. +33 (0)1 56 70 73 00 | www.ffhandball.fr

Association loi 1901 - N° Siret : 784.544.769.00044 / N° APE : 9319 Z