



# Running Club

BOURGOIN-JALLIEU

Que vous souhaitiez débiter la course à pied, que vous la pratiquiez régulièrement ou que vous soyez un athlète confirmé, vous aurez votre place dans notre club de course à pied. Chacune et chacun y trouve ce qui lui convient au RCBJ : se maintenir en forme, se faire plaisir en groupe, progresser, atteindre des objectifs personnels en préparant des courses sur route, nature et des trails.

Ce qui nous rassemble : la passion de la course à pied bien sûr mais aussi l'esprit d'équipe et la convivialité.

Alors, cessez de courir seul(e) et rejoignez le RCBJ !

## LES ENTRAINEMENTS ENCADRÉS

Lundi 18h30 : rdv Gymnase Pierre Folliet- Endurance, récupération, PPG

Mercredi 18h30 - rdv Gymnase Pierre Folliet - Exercices spécifiques

Vendredi 18h30 - rdv Gymnase Pierre Folliet - Exercices spécifiques

Dimanche horaire variable - rdv variable - Sortie longue

## LES TARIFS

<b>Adhésion Running Loisir</b> (permet de courir toutes les courses)	<b>100 €</b>
<b>Adhésion Compétition</b> (permet de participer à des courses officielles qualificatives dans les championnats (Départementaux, Régionaux, Nationaux....))	<b>140 €</b>

## VOTRE INSCRIPTION



Votre inscription vous permettra de bénéficier d'un **bon d'achat TDR** Bourgoin-Jallieu de **20 €**.

Un maillot sans manches vous sera fourni lors de la première inscription club



Club affilié à la FFA

## FICHE D'INSCRIPTION

Année sportive : 2022/2023

Running Loisir  Compétition

## PIÈCES À FOURNIR (Tout dossier incomplet sera refusé)

- **Certificat médical (moins de 3 mois) comportant la mention :**  
« Non contre-indication à la pratique **du sport** en compétition » ou de « **l'athlétisme** en compétition »
- **Copie de la Carte Nationale d'Identité**
- **Chèque à l'ordre du Running Club Bourgoin-Jallieu**  
(possibilité de payer sur les 3 premiers mois) ou virement bancaire :  
**IBAN : FR76 1027 8072 6100 0217 4270 116 BIC CMCIFR2A**

## L'ADHÉRENT

Monsieur  Madame

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Portable : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Courriel : .....

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom : ..... Tél : .....

**TAILLE DU MAILLOT** XS  S  M  L  XL  2XL

## INFORMATIONS GENERALES

- J'ai pris connaissance du règlement intérieur du Running Club Bourgoin-Jallieu et je l'accepte.
- J'accepte que mes coordonnées figurent dans le fichier adhérent du club

**Date et signature précédées de la mention « lu et approuvé »**

**RCBJ / Running Club Bourgoin-Jallieu :**

**26T impasse de Charges – 38300 Bourgoin-Jallieu**

Mail : [rcbj.contact@gmail.com](mailto:rcbj.contact@gmail.com)

Site Internet : <http://runningclub-bourgoinjallieu.e-monsite.com>