

**Le Lanbernac sera présent lors de la Journée des Associations
au parc Henri Fabre le dimanche 7 septembre 2025**

Sommaire pages intérieures

Les entraînements et les âges page 2
Licenciation, assurances, tarifs, aidespage 3
Vie de l'association agenda.....page 4
Règlementation médicale, protection, secours...page 5
Questionnaire santé pour les majeurs.....page 6
Questionnaire santé pour les mineurs.....page 7

En fin de dossier

Formulaire d'adhésion majeur
Formulaire d'adhésion mineur

**Maillot aux couleurs de l'association
offert à chaque licencié.**

Permanences administratives
Accueil , renseignements , licenciation

9 cours Clémenceau 13130 Berre
(derrière la mairie)

Tous les mardis de 18h30 à 20h30
du 26/08/25 au 14/10/25

*La présence de l'adhérent est requise lors du dépôt du
dossier de licenciation pour prise de photo (licence)
et essayage du maillot*

*Toutes les informations incluses dans ce dossier
sont données sous réserve
des évolutions des modifications légales et/ou réglementaires
survenant après leur impression
et imposées à l'association et/ou à ses membres*

Toutes les pratiques du TENNIS de TABLE À partir de 7 ans



Pratique « loisir » :
entre copains ou en famille (*une licence-
assurance est cependant nécessaire*).

Pratique « compétition FSGT » :
avec la licence FSGT l'accès à toutes les
épreuves départementales est possible,
puis, sous réserve de qualification, l'accès
aux épreuves nationales, voire internatio-
nales est envisageable.

Pratique « compétition FFTT » :
en souscrivant une licence supplémen-
taire on peut jouer dans l'une des équipes
du club et, en réglant les engagements
nécessaires, on peut s'inscrire aux
épreuves individuelles.

Toutes nos infos actualisées,
notre calendrier détaillé,
nos textes réglementaires, etc
sont régulièrement mis à jour
sur www.lanbernac.fr

*Penser à l'environnement,
n'imprimer que le strict nécessaire*



Organisation des créneaux

jours	heure	Demi-salle 1	Demi-salle 2
mardi	20h45 / 22h30	Jeu libre plus de 16 ans	Partage avec club du BCB
mercredi	17h / 18h30	Jeu libre pour tous	
	18h30 / 20h	Entraînement dirigé jeunes	Jeu libre adultes
jeudi	17h30 / 18h15	Entraînement spécifique jeunes compétiteurs*	fermée
	18h15 / 20h	Jeu libre débutants et jeunes	Entraînement confirmés
samedi	Selon calendrier, de 14h à 20h, rencontres des championnats par équipes FFTT		

*Les entraîneurs et responsables de l'activité définiront un groupe de 4 à 8 enfants de 8 à 14 ans environ ayant déjà une expérience de la compétition et leur proposeront des séances de travail spécifiques; en fonction de la qualité et de la quantité de l'effectif du club, la composition de ce groupe pourra évoluer au fil de la saison et les enfants concernés en seront informés ainsi que leurs parents

Reprise le mercredi 27 août 2025

**Sous réserve de l'autorisation du service municipal des sports,
les séances sont maintenues
pendant les vacances de Toussaint, d'Hiver et de Printemps**

Pas de séance les jours fériés ni pendant les vacances de Noël

<p>Catégories d'âge FFTT (licence optionnelle)</p> <p>Tarifs et catégories de jeu</p> <p>Vétérans : nés avant le 31/12/85 Seniors : nés de 86 à 2006 Juniors : nés de 2007 à 2010 Cadets : nés en 2011 et 2012 Minimes : nés en 2013 et 2014 Benjamins : nés en 2015 et 2016 Poussins : nés après le 01/01/2017</p>	<p>Licence FSGT (obligatoire)</p> <p>Catégories de tarifs Adulte : né en 2007 et avant Jeune : né de 2008 à 2012 Enfant : né en 2013 et après</p> <p>Catégories d'âge compétitions FSGT Vétérans : nés avant le 30/06/85 Séniors : nés entre le 01/07/85 et le 30/06/08 Juniors : nés entre le 01/07/08 et le 30/06/10 Cadets : nés entre le 01/07/10 et le 30/06/12 Minimes : nés entre le 01/07/12 et le 30/06/14 Benjamins : nés entre le 01/07/14 et le 30/06/16 Poussins : nés à partir du 01/07/16</p>	<p>Coordonnées utiles</p> <p>Accueil, Renseignements 06 09 10 00 60 ascl@lanbernac.fr</p> <p>Activité tennis de table FSGT Dieter Baum 06 23 12 23 86 ping@lanbernac.fr</p> <p>Activité tennis de table FFTT Sébastien Patellis 06 50 00 18 78 ping@lanbernac.fr</p>
---	---	--



Aides financières à la licenciation

sous réserve du maintien des dispositifs en vigueur à la date d'impression

Pour les Collégiens

**Carte C-Jeune / Collégien de Provence
Jusqu'à 75 euros**

*Modalités auprès du collège
ou sur le site du Conseil Départemental*

Pour certains allocataires

de l'ARS de 14 à 17 ans, de l'AAEH de 6 à 19 ans,
de l'AAH de 16 à 30 ans,
certains étudiants et boursiers selon âge et formation

Le pass'sport

Dotation unique de 70 € pour les frais de licenciation
Voir modalités auprès de la CAF

***Merci de communiquer les codes nécessaires
lors de la prise de licence***

Tarif des frais de licenciation et cotisations saison 2025/2026

*Licence FSGT obligatoire pour tous,
licence FFTT en option facultative,
critérium FFTT pour les licenciés FFTT qui le souhaitent*

Tarif licences et cotisations applicable à la rentrée 2025

rubrique	montant
1ère licenciation	25€ / personne
cotisation	20€ / famille
Licence FSGT adulte (né en 2007 et avant)	45
Licence FSGT jeune (né en 2008, 2009, 2010, 2011 ou 2012)	40
Licence FSGT enfant (né en 2013 et après)	30
Licence FF sen/vét (nés en 2006 et avant)	70
Licence FF juniors (nés en 2007, 2008, 2009 et 2010)	70
Licence FF cad/min (nés en 2011, 2012, 2013 et 2014)	45
Licence FF benj / pou (nés en 2015 et après)	35
Critérium FF sen/vet (nés en 2006 et avant)	40
Critérium FF jeunes (nés en 2007 et après)	30

Informations légales, point sur les assurances

Pour les licenciés FSGT

Le dépliant d'information sur le contrat d'assurance associé à la licence est consultable et téléchargeable sur le site fédéral www.fsgt.org

Pour les licenciés FFTT

Les documents relatifs à l'assurance associée à la licence sont consultables et téléchargeables sur le site fédéral www.fft.com

Pour tous

Les statuts de l'association, le règlement financier, le règlement sportif des sections sont consultables sur www.lanbernac.fr

La licence est d'abord et avant tout
une assurance,
il faut donc être dûment licencié
pour pratiquer:

- pour les nouveaux adhérents
trois séances d'essai sans licence
sont tolérées
au-delà, il faut être à jour
- Pour les renouvellements :
une seule séance
sans licence à jour maximum

L'adhésion

Le dossier d'adhésion comprenant les formulaires d'inscription est téléchargeable sur notre site www.lanbernac.fr.

Donner une adresse mail
correcte et souvent lue,
c'est notre moyen de communication
le plus rapide et le plus important,
la configurer de sorte que les messages
de ping@lanbernac.fr et
ascl@lanbernac.fr
ne soient pas vus comme des spams

Vérifiez si vous avez besoin ou pas d'un
certificat médical (voir réglementation
en page 5), veillez à choisir le formulaire
correspondant à votre statut
(majeur ou mineur)

Paiement par chèque ou espèces
(ne pas remplir les chèques à l'avance)
Si vous souhaitez
bénéficier du pass'sport
ou utiliser la carte Collégien,
merci de prévoir courrier de la CAF
et/ou codes nécessaires

*La présence de l'adhérent est requise
lors du dépôt du dossier de
licenciation pour prise de photo
(licence) et essayage du maillot*

Merci de grouper tous les formulaires des membres d'une même famille (au Lanbernac, on entend par « famille » l'ensemble des personnes vivant sous le même toit ou l'ensemble des personnes constituant un même foyer fiscal; pour les situations particulières, nous consulter)

Faire vivre son club

Notre association ne fonctionne qu'avec des bénévoles et s'efforce de proposer à ses adhérents, en dehors des activités sportives proprement dites, des moments plus conviviaux ou festifs tels que soirées à thèmes, autres activités plus ludiques, soirées détente, etc.

Bien sûr des contraintes matérielles et réglementaires diverses doivent être prises en compte mais les membres du bureau sont à l'écoute des vœux et possibilités des licenciés et ont besoin d'aide, surtout sur les grosses manifestations ouvertes au public qui génèrent des rentrées financières qui bénéficient à tous, alors :

- si vous avez envie de rejoindre les équipes de préparation des projets déjà existants
- si vous avez envie d'aider le jour J pour leur réalisation
- si vous avez des bons plans dont le club pourrait bénéficier pour ses organisations, ses achats, etc
- si vous avez des compétences à offrir (graphisme, cuisine, informatique, etc)
- si vous avez des idées nouvelles à proposer

N'hésitez pas à signaler vos disponibilités, réseaux et autres aux responsables des entraînements ou des projets, voire à contacter le 06 09 10 00 60 ou envoyer un mail à ascl@lanbernac.fr.

Programme prévisionnel de la saison sous réserve de faisabilité

Le grand loto familial annuel

Un dimanche de janvier
(en attente de la date octroyée
par les services municipaux)

Salle polyvalente
Rue Cristofol à Berre
à 15h

Plus de 3.000 euros de lots

Réservez votre journée, venez aider,
venez jouer, amenez du monde !

Le vide-greniers

Un dimanche de printemps

Parc Henri Fabre
Avenue du 8 mai 45 à Berre
ouverture au public de 8h à 17h

Réservez votre journée, venez aider,
réservez un emplacement d'exposant,
amenez du monde !

*Juste entre nous,
si les lieux sont disponibles,*

*Journée récréative de fin de saison
au parc Henri Fabre fin juin*

*L'agenda complet (google calendar)
régulièrement mis à jour
et le calendrier détaillé
(en téléchargement)
sont disponibles
sur le site www.lanbernac.fr*

*Et bien sûr notre grand RV statutaire :
l'assemblée générale annuelle prévue au COSEC le mardi 16 juin à 20h30*



Réglementation médicale applicable pour la saison 2025/2026

Pour les licences FSGT:

Qu'on soit majeur ou mineur, que ce soit pour une première licence ou pour un renouvellement, il faut répondre au questionnaire de santé correspondant à son âge

Le questionnaire pour les majeurs est en page 6

Le questionnaire pour les mineurs est en page 7

- si on répond « non » à toutes les questions, on peut remplir et signer l'attestation et ne pas fournir de certificat médical d'absence de contre-indication
- Dans le cas contraire, il faut fournir un **certificat de moins de 3 mois**

Pour les licences FFTT :

- de poussins à seniors (nés en 86 et après) :

Que ce soit pour une première licence ou pour un renouvellement, il faut répondre au questionnaire de santé correspondant à son âge

- si on répond « non » à toutes les questions, on peut remplir et signer l'attestation et ne pas fournir de certificat médical d'absence de contre-indication
- Dans le cas contraire, il faut fournir un **certificat de moins de 3 mois**

- pour les vétérans (nés en 85 et avant)

Si un joueur né en 85 ou avant se trouve dans l'un des cas ci-après, il doit fournir un certificat médical :

- Il a répondu « oui » à l'un des items du questionnaire de santé « majeurs »
- Il n'était pas licencié en FFTT en 24/25
- Il change de catégorie de vétéran (né en 85, 80, 75, etc, cf tableau ci-après)

Catégories de vétérans FFTT pour 25/26, les cases colorées représentent les années où on change de catégorie

catégories	V40	V45	V50	V55	V60	V65	V70	V75	V80	V85	V90
Années de naissance	1985	1980	1975	1970	1965	1960	1955	1950	1945	1940	Nés en 1935 et avant
	1984	1979	1974	1969	1964	1959	1954	1949	1944	1939	
	1983	1978	1973	1968	1963	1958	1953	1948	1943	1938	
	1982	1977	1972	1967	1962	1957	1952	1947	1942	1937	
	1981	1976	1971	1966	1961	1956	1951	1946	1941	1936	

Se protéger, protéger les autres, trouver aide et secours

Toutes urgences : 112

Enfant en danger : 119

E-enfance : 3018

Violences faites aux femmes : 3919

Violences sur les personnes vulnérables : 3977

Planning familial : 0800 08 11

En cas de besoin, l'évaluation « Réglo'sport » est disponible sur le site www.lanbernac.fr



Conformément à la réglementation médicale rappelée en page 5, certains majeurs peuvent ne pas fournir de certificat médical de non contre-indication pour peu qu'ils répondent par « non » à toutes les questions ci-après (**questionnaire confidentiel à ne pas remettre au club**) et remplissent l'attestation correspondante dans leur formulaire d'adhésion.

QS– Sport applicable aux majeurs

Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		



Conformément à la réglementation médicale rappelée en page 5, les mineurs peuvent ne pas fournir de certificat médical pour la pratique des sports sans contrainte spécifique tels que le tennis de table quand eux-mêmes et leurs responsables légaux répondent par « non » à toutes les questions (**questionnaire confidentiel à ne pas remettre au club**), remplissent et signent l'attestation correspondante dans leur formulaire d'adhésion.

Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé.e à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré.e ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à l'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué.e ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Questions à faire remplir par tes 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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Information à destination des responsables légaux :

Il est préférable que ce soit le jeune qui complète le début de ce questionnaire, à vous d'estimer s'il en est capable; il est de votre responsabilité de vous assurer qu'il est bien rempli et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Une partie du questionnaire vous est plus particulièrement destinée.

Information pour l'enfant :

Ceci n'est pas un contrôle, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, tu peux te faire aider ou consulter ton carnet de santé.

Commence par indiquer ici ton sexe et ton âge

Si l'une des réponses est « oui », merci de consulter un médecin et de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport



Identification du jeune licencié

NOM d'usage : Prénom :

Nom de naissance si différent :

sexe : date de naissance :

Lieu de naissance : Nationalité :

adresse avec code postal et commune :

tel fixe : portable :

mail de contact : @

Toutes les informations sont nécessaires à la souscription des licences et/ou au fonctionnement interne de l'association et ne sont pas diffusées par le club

n° licence FSGT saisie

Sommes dues :

Cotisation club :€

1ère licenciation :€

Licenciation en FSGT :€

Options :

Licence FFTT :€

Critérium FFTT :€

Total de la somme due :

..... €

Crédits à défalquer:

Avoirs 24/25 :€

Carte Collégien de Provence:€

Pass'sport:€

Total à créditer :

..... €

Reste à régler la somme de €

Si paiement de la totalité des sommes dues en une fois:

!_! paiement avec autre licencié (préciser :)

!_! Espèces

!_! Chèque unique

Fractionnement (paiement différé par chèque seulement) : en trois fois maximum, nous consulter pour une répartition conforme à la loi

Informations relatives au responsable légal

Père mère tuteur

Rayer les mentions inutiles

NOM d'usage : Prénom :

Nom de naissance si différent :

adresse avec code postal et commune :

tel fixe : portable :

mail de contact : @

Tout dossier incomplet sera refusé, seul un dossier complet permet d'assurer le pratiquant. Les adhérents non licenciés après 3 séances d'essai pour les nouveaux et 1 séance de reprise pour les anciens ne seront pas autorisés à pratiquer.

ATTESTATIONS et AUTORISATIONS

Je soussigné(e) agissant en qualité de de l'enfant

!_! l'autorise à participer à toutes les activités auxquelles son inscription lui donne droit, autorise le club à organiser les transports et à prendre toute mesure utile à mon enfant, y compris hospitalisation et anesthésie, et dégage le club de toute responsabilité en cas d'accident

!_! l'autorise à quitter seul le lieu de pratique après les entraînements et décharge le club de toute responsabilité en dehors des heures et lieux des séances

!_! atteste sur l'honneur avoir bien reçu le questionnaire de santé, l'avoir renseigné avec mon enfant, et que nous avons répondu par la négative à toutes les rubriques, et je reconnais expressément que toutes les réponses qui y ont été apportées relèvent de ma responsabilité exclusive

!_! l'autorise à subir des contrôles anti-dopage nécessitant une technique invasive dans le cadre de ses activités sportives liées à son adhésion au Lanbernac

!_! certifie que l'association a mis à ma disposition toutes les informations nécessaires sur le Réglo'sport et sur les assurances proposées par les différentes fédérations auprès desquelles je souscris une licence

!_! ai bien noté que l'assurance liée aux licences souscrites est une obligation légale dont les garanties de base viennent en complément de mes assurances personnelles et que je peux si je le souhaite contracter individuellement des garanties complémentaires

!_! déclare avoir eu les infos nécessaires pour prendre connaissance du règlement sportif et du règlement financier de l'association et m'engage à les respecter

!_! accepte que des images de mon enfant soient publiées sur les supports internet de l'association

!_! ai bien noté que la souscription d'une licence implique l'acceptation des conditions d'utilisation de mes données par les sites des fédérations concernées

Fait à Le Pour dire et valoir ce que de droit, Signature du responsable légal :

