



### Section Course à Pied

L'ASPM est une association et non un club sportif. Une assemblée générale réunit l'ensemble des adhérents une fois par an.

La section course à pied rassemble des personnes ayant envie de s'entraîner et de participer à leur sport favori en groupe quel que soit leur âge et leur niveau.

La pratique doit allier le plaisir et la recherche de progression personnelle.

### Quelques règles à respecter, à savoir :

- Avoir l'esprit associatif
- Participer, en fonction de ses disponibilités, à l'organisation des manifestations organisées (exemple : Téléthon).
- Participer à l'assemblée générale de la section course à pied
- Respecter tous les membres quel que soit le niveau sportif
- Lorsque l'adhérent dispose du maillot aux couleurs de l'association, le remboursement de l'inscription aux courses est conditionné au fait de le porter
- S'inscrire individuellement aux courses au nom de l'ASPM CAEN
- Afin de faciliter le remboursement, transmettre le justificatif de la course dans la semaine qui suit au trésorier de la section course à pied : thbesnard@hotmail.com

### Droit à l'image :

Sauf indication contraire de l'adhérent, chacun autorise l'association à utiliser les photos des courses faites pour alimenter le blog

### Entraînements :

- Les mardi et jeudi midi de 12h à 13h, départ de la CU rives de l'Orne
- Le mardi soir à 17h30 et le jeudi soir à 17h30 et 18h sur le parking du cours Koenig
- Le dimanche une sortie longue selon les dispositions de chacun

### Inscriptions aux courses :

- Deux courses par mois sont remboursées (une au choix de l'adhérent et une fixée par la section en début de saison) à hauteur de 40 euros maximum par course
- Si l'adhérent est absent le jour de la course, celui-ci sera remboursé sur présentation d'un certificat médical.
- Pour les courses hors Caen, les adhérents participants sont invités à se manifester par mail à la section afin d'encourager le covoiturage.

### Faire partie de la section course à pied de l'ASPM Caen c'est privilégier :

Une passion commune, le plaisir de courir ensemble, l'émulation créée par le groupe, la mixité, le sens du partage, la convivialité, l'amitié.