



FICHE D'INFORMATIONS 2025 - 2026

Entraînements Football						
Sections	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Sénior <i>(sous réserve de modifications horaires)</i>		20h - 22h		20h - 22h		
U18		18h30 - 20h30		18h30 - 20h30		
U15					19h - 21h	

Entraînements Flag						
Sections	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Sénior	20h - 22h		20h - 22h			
Youth Flag			18h - 19h30			

COÛTS ADHÉSIONS :

FOOTBALL AMÉRICAIN				
Catégories	Inscription	Suppléments optionnels		
		Location	Casque	Epaulières
Sénior <i>2007 et -</i>	240 €		50 €	50 €
U18 <i>Né entre 2008 et 2010</i>	200 €			
U15 <i>Né entre 2011 et 2012</i>	160 €			

Le tarif indiqué inclut la licence FFFA + l'adhésion à l'association des Cougars + le prêt d'une tenue d'entraînement avec les protections basses.

Les équipements non compris dans le tarif de la licence sont à la location :

- Casque + épaulières = 100€
- Casque = 50€
- Epaulières = 50€

Option de parrainage : Réduction de 15 euros sur ta licence pour 1 nouveau Cougars parrainé.

FLAG FOOTBALL	
Catégories	Inscription
Sénior +17 ans	130 €
Sénior Féminine +17 ans	100 €
Youth Flag -17 ans	100 €
30€ si déjà licencié en Foot US	

Le tarif indiqué inclut la licence **FFFA** + l'adhésion à l'association des Cougars

* **Paire de flag** fourni avec la licence

* **Parrainage** : Remise de - 50% sur la licence femme parrainée !

LICENCE BÉNÉVOLE : 20 €

PAS OBLIGATOIRE POUR DEVENIR BÉNÉVOLE

Cette licence est proposée afin d'aider et soutenir le club mais aussi avoir un droit de vote à l'assemblée générale de l'association.

RÈGLEMENT :

Site internet (Possibilité de paiement en 3 fois) : <u>WWW.LESCOUGARS.FR</u>		
Chèque (Possibilité de paiement en 3 fois)		
Espèce (au bureau du club)	Carte Bancaire (au bureau du club)	Virement (sous demande du RIB)

PROCÉDURE D'ADHÉSION :

Les inscriptions se font principalement via le site internet :

www.lescougars.fr

NB : Tous les documents sont à déposer sur le site, un dossier incomplet ne sera pas validé.

ÉTAPES :

1. Télécharger le dossier d'adhésion à l'association des Cougars

2. Compléter le dossier

1. Remplir et signer le formulaire de demande de licence

2. Déposez votre certificat médical de moins de 3 mois (cf imprimé fédéral)

obligatoire pour une 1ère inscription

ou le Questionnaire de santé (uniquement pour les RENOUELEMENTS avec un certificat médical de - de 3 ans déjà enregistré à la fédération).



Si vous avez répondu OUI à l'une des questions au questionnaire de santé,

alors vous devez faire remplir votre demande de licence par un médecin.

3. Formulaire Sportmut.

3. Procéder au règlement selon votre méthode de paiement (Cf tableau ci-dessus)

Pour les nouveaux licenciés :

- La visite médicale est obligatoire. Il faut faire remplir l'encadré « **CERTIFICAT MEDICAL PREALABLE A LA PRATIQUE EN COMPÉTITION OU EN LOISIR** » en bas du formulaire de licence (1-)

(En cas de sur classement la visite médicale doit se faire chez un médecin du sport. Avec un électrocardiogramme)

- **1 photo d'identité**

- **1 photocopie de la pièce d'identité, passeport ou titre de séjour.**

SPORTIFS - FAMILLES – AMI(E)S, NOUS AVONS BESOIN DE VOUS !

Si vous désirez aider ponctuellement l'association pour la buvette, le merchandising, des missions organisées (peinture, travaux, etc), événements sportifs ou autres, sachez que vous êtes le ou la bienvenu(e) en tant que bénévole. Prenez contact avec nous directement pour en discuter :



Les Cougars de Saint-Ouen-L'Aumône



cougars_football95

Ou par mail : **cougars.contact@gmail.com**

COUGARS DE SAINT OUEEN L'AUMÔNE

13 rue Léo Lagrange - 95310 Saint Ouen l'Aumône

Tel : 06.63.26.80.05 - cougars.contact@gmail.com

www.lescougars.fr