

QUATRE-PLUS

Escalade et loisirs de montagne

Association régie par la loi de 1901
Affiliée à la F.S.G.T et à la F.F.M.E.
Agréée Jeunesse et Sport

Adresse internet : <http://www.quatreplus.net>

Chez B. Forestier, 42 rue de la Fraternité
94400 Vitry-sur-Seine

Principaux contacts :

Brigitte FORESTIER, Présidente
Christophe VALENTI, Vice-Président
Nathalie MAGNE, responsable des inscriptions



QUATRE PLUS

Vous Dit TOUT

Sur la Saison 2008-2009

QUATRE PLUS est une association vitriote née en 1986, qui compte aujourd'hui plus de 160 adhérents. Elle est affiliée à la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME), à la Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT), elle est agréée Jeunesse et Sport.

QUATRE PLUS est une **association**, c'est-à-dire un regroupement libre d'*associés* qui "mettent en commun" une activité et des connaissances. Adhérer revient à accepter le principe selon lequel ce *partage* doit être équitable.

Nous sommes tous bénévoles : chaque *associé* est donc appelé à prendre des responsabilités dans l'association, à s'impliquer activement dans son fonctionnement (sportif ou para-sportif) et à l'enrichir de projets.

En définitive, chaque adhérent se doit de devenir un partenaire, un copain, et non un anonyme consommateur de "grimpe".

ACTIVITES ET FONCTIONNEMENT

Quatre Plus propose à ses adhérents :

- **Un accès, cinq jours par semaine à la salle d'escalade**, (Surface Artificielle d'Escalade [SAE]) ou encore dit le "Mur", de Vitry sur Seine, située au gymnase du Port à l'Anglais, rue Charles Fourier

Le lundi	de 18h30 à 20h	séance réservée aux enfants
	de 20h à 22h	séance réservée aux adolescents
Le mardi	de 19h à 22h	séance adultes
Le mercredi	de 17h30 à 19h	séance réservée aux enfants
Le jeudi	de 19h à 22h	séance adultes et adultes débutants
Le vendredi	de 19 à 22h	séance adolescents, adultes, familles grimpeuses
Le samedi	de 14h à 17h	séance adolescents, adultes, familles grimpeuses

- **Une sortie hebdomadaire à Fontainebleau, le dimanche.** Si vous n'avez pas de voiture, prenez rendez-vous au mur le jeudi ou le vendredi précédent avec quelqu'un qui en dispose d'une. On peut ensuite se retrouver à l'aire de Lisses sur l'A6 (10h15 pour le café, départ 10h25), ou à 11h sur le site choisi (voir Quatre Plus Info). Frais de transport à partager avec le chauffeur (5 euros par personne pour l'aller retour). Emportez votre casse-croûte !

- **Entre cinq et sept sorties en falaise par an.** Elles ont lieu le week-end, pendant les vacances de printemps ou pendant l'été. Déplacements jusqu'aux sites généralement en voitures individuelles, avec partage des frais de transports. **Quatre Plus** participe financièrement à l'hébergement et aux repas.

- **De manière ponctuelle** : initiation à l'alpinisme ou à d'autres sports de montagne ; organisation ou participation à des compétitions amicales ou fédérales ; participation à diverses manifestations locales ; séances d'équipement sur le Mur et en falaise ; ouverture de voies à Fontainebleau ; etc. **Quatre Plus** finance aussi des formations (cf. plus bas).

L'encadrement.

Quatre Plus dispose d'animateurs bénévoles spécialement formés à l'initiation et à la sécurité (Initiateurs FFME ou FSGT ; animateurs FSGT ; BAFA qualification *montagne*).

Les "animateurs de séance" désignés par le Conseil d'administration sont seuls habilités à ouvrir la salle aux adhérents. Ils veillent au bon déroulement de la séance et au respect général des règles de sécurité. Ils sont en droit d'interdire l'accès au mur à quiconque enfreint délibérément les règles de sécurité ou nuit au bon déroulement de la séance.

Les débutants (premier rendez-vous : le jeudi 25 septembre à 19h30).

Est considéré comme débutant tout adhérent n'ayant pas déjà un an de pratique régulière de l'escalade. Aucun matériel n'est exigé au départ (4+ en met à disposition).

Il sera organisé un stage pour l'accueil des débutants : voir feuille à part. Les débutants sont dans un premier temps "pris en charge" par des Anciens qualifiés, qui leur enseignent les rudiments de l'escalade pour les rendre autonomes. Dans un second, ils pourront accéder aux autres séances, où les animateurs et les "Anciens" restent à leur disposition pour des renseignements ou des conseils.

Les mineurs.

L'Association accueillera cette saison, entre octobre et fin mai, une quarantaine de mineurs membres des groupes enfants et adolescents. Les groupes sont placés sous la responsabilité d'animateurs spécialisés épaulés par des animateurs auxiliaires.

Les enfants pourront participer à au moins une sortie en falaise au cours de l'année, et à des sorties à Fontainebleau. Lors de ces sorties, les enfants seront accompagnés par leurs parents ou par des personnes autorisées, qui peuvent être les animateurs de **Quatre Plus**.

Les ados peuvent participer aux séances et sorties ordinairement réservées aux adultes, mais sans encadrement

spécifique, sous réserve que l'autorisation parentale correspondante soit signée, et avec l'accord de l'organisateur de la sortie.

Les enfants nés en 2000 et après peuvent s'inscrire à **Quatre Plus**, et avoir accès aux diverses activités offertes par l'association, accompagnés de leurs parents grimpeurs adhérents et sous leur responsabilité. Il est possible, pour les familles recevant l'allocation rentrée scolaire de bénéficier d'un remboursement de approximativement 15 euros sur l'inscription, par le biais des coupons sport. Au moment de l'inscription, cocher la demande de renseignements correspondante sur l'autorisation parentale. D'autres remboursements sont possibles par les Caisses d'Allocations Familiales, se renseigner.

Les formations

Quatre Plus a vocation à former tous ses adhérents à la pratique de l'escalade et à l'apprentissage des règles de sécurité. L'Association participe en outre partiellement - et souvent intégralement - au financement des stages suivants : Brevet d'État, qualification Escalade ; Brevet d'Initiateur en Escalade FFME et FSGT ; BAFA qualification montagne (stage d'approfondissement ou de spécialisation) ; AFPS (Attestation de Formation aux Premiers Secours). Tous autres stages qualification montagne FSGT - FFME

La condition est que l'adhérent intéressé soit assidu et qu'il s'engage, à l'issue du stage, à l'encadrement d'autres adhérents pendant une année au moins (sur SAE, à Fontainebleau ou en falaise). Les demandes doivent être présentées au président ou au responsable des Formations désigné par le C.A.

Le matériel

L'Association dispose de tout le matériel nécessaire à la pratique de l'escalade : cordes, mousquetons, dégaines, baudriers, chaussons, casques... mais aussi d'une bibliothèque (topos-guides, revues, vidéos).

Le matériel, propriété collective de 4+, est prêté aux adhérents à jour de leur cotisation : pour les activités de 4+; en fonction des disponibilités, pour les activités individuelles hors association; éventuellement à des organismes prenant des initiatives de découverte ou de développement de l'escalade. Le matériel est placé sous la responsabilité de l'emprunteur, qui en assure la conservation en l'état, et qui s'engage à le remplacer en cas de perte ou de vol. Le matériel doit être **impérativement** rendu le jeudi suivant la sortie. L'emprunteur **s'expose à être privé par la suite du prêt s'il ne respecte pas cet engagement.**

Le forum de 4+

Lieu d'échange et d'information au cœur de l'association, cet espace est ouvert à tous les membres et permet à chacun de communiquer autour de différentes thématiques comme : la vie du mur, les sorties en falaises, à Fontainebleau... L'inscription à ce forum, bien que facultative, est vivement conseillée car elle offre à chaque membre, par sa participation active, une réelle opportunité de contribuer à la vie et au développement de l'association .

Vous retrouverez toutes les formalités relatives à votre inscription en utilisant le lien : [accès au forum 4+](#) figurant sur la page d'accueil du site.

Administration, réunions

L'Assemblée Générale annuelle, chargée de renouveler le Conseil d'Administration (17 membres), dont le Bureau (Président, secrétaire, trésorier), a lieu chaque année en décembre. Chaque adhérent y est convié. Les postes sont ouverts à tous.

C'est au cours de l'A.G. que sont distribuées les tâches, non seulement aux principaux responsables (C.A.), mais à tous les adhérents : ceux-ci sont invités à épauler les membres du C.A. (en intégrant une petite équipe) ou à proposer d'autres services.

Parmi les tâches à partager (outre l'animation proprement sportive) : petit secrétariat, comptabilité, soutien informatique ("maintenance") ; "emploi" de délégué auprès de la FSGT, de la FFME, du COSIROC, de l'Office Municipal des Sports, etc. (suivi de diverses réunions) ; gestion de la bibliothèque, du matériel d'escalade ; responsable des formations, des Sorties en falaise ou à Bleau (plannings) ; responsable de l'aménagement du mur, des compétitions, du Bulletin d'information de l'association ; du site WEB. etc. : il y en a pour tous les goûts.

COTISATIONS - INSCRIPTIONS

		Cotisation du 1 ^{er} membre (euros)	Cotisation du 2 nd membre (euros)
Adulte né en 1990 et avant	FSGT	27,30	27,30
	Assurance	2,80	2,80
	4+	65,90	44,90
	Total	96	75
Jeune né entre 1991 et 1994 inclus	FSGT	22,15	22,15
	Assurance	2,80	2,80
	4+	53,05	35,05
	Total	78	60
Enfant né entre 1995 et 1999 inclus	FSGT	14,20	14,20
	Assurance	2,80	2,80
	4+	56	38
	Total	73	55
Enfant de parent(s) grimpeur(s) né en 2000 et après	FSGT		14,20
	Assurance		2,80
	4+		18
	Total		35

Pour bénéficier d'un tarif 2nd membre, il faut être au minimum deux personnes de la **même famille** (domiciliés à la même adresse), le 2nd membre étant le plus jeune. Trois membres d'une même famille bénéficient tous du tarif 2nd membre.

Lors de votre inscription vous devez fournir :

- la fiche d'inscription complétée et signée
- une photo d'identité (pour la licence FSGT)
- deux enveloppes timbrées et libellées à votre adresse
- le règlement en espèces ou par chèque à l'ordre de **Quatre Plus**
- un certificat médical récent (moins de trois mois) autorisant la pratique de l'escalade

Les mineurs devront fournir en outre une autorisation parentale à la pratique de l'activité lors des séances organisées par l'Association, et une décharge de responsabilité pour les activités ponctuelles organisées par **Quatre Plus**.

Les frais d'inscription à une association sportive sont pris en charge par certains comités d'entreprise, se renseigner.

L'association vit pour moitié des cotisations de ses adhérents, et de subventions municipales et départementales.

INSCRIPTIONS POUR LES GROUPES ENFANTS ET ADOS

L'inscription aux groupes enfants (mercredi 17h30-19h pour les enfants nés entre 1997 et 1999 inclus, lundi 18h30-20h pour ceux nés entre 1995 et 1997 inclus) ou ados (lundi 20h-22h pour les ados nés entre 1991 et 1994 inclus) est réservée aux Vitriots.

Les inscriptions se font dans la limite des places disponibles, par ordre d'arrivée des dossiers complets, à partir du samedi 13 septembre 2008 entre 9h15 et 16 h sur le stand **Quatre Plus** au forum des sports de l'Entente Sportive de Vitry, palais des sports Maurice Thorez à Vitry.

Les dossiers sans photo ou certificat médical ne seront pas acceptés.

La suite de ces inscriptions sera possible dans la limite des places disponibles lors des permanences indiquées ci-dessous.

AUTRES INSCRIPTIONS

Les dossiers d'inscription sont à déposer **COMPLETS ET EN UNE SEULE FOIS** au gymnase du Port à l'Anglais, rue Charles Fourier, aux permanences organisées par le secrétariat :
les jeudis 18, 25 septembre et 2 octobre entre 19h et 21h,
le samedi 4 octobre de 14h à 15h30.

Clôture des inscriptions : le 25 septembre pour les membres des groupes enfants et ados, ainsi que pour les adultes débutants. Clôture des inscriptions le 4 octobre pour les autres cas

Pour les non-vitriots nouveaux adhérents, nous ne disposons malheureusement que de 20 places, qui seront attribuées par ordre d'arrivée des dossiers complets.

AUCUNE INSCRIPTION PAR CORRESPONDANCE OU PAR INTERNET

Les adhérents n'auront accès au mur et aux activités qu'après leur inscription ou réinscription. Le responsable de séance pourra demander la présentation de la licence.