



A PREVOIR POUR LA RENTREE

- Fiche d'inscription complétée
- Certificat médical (sauf si vous adhérez cette année à la FFD licence loisirs)
- Dernier avis d'imposition ou attestation CAF de moins de 3 mois pour les résidents de la commune de Lège Cap Ferret.
- Attestation extra-scolaire ou **nouveau cette année**, adhésion à la FFD (Fédération Française de Danse).
- Chaussures spéciales (non marquante) pour les cours de danse

Les chaussures non marquantes possèdent des semelles plates et souples, sans crampons et à texture minimale, afin de ne pas laisser de traces sur le sol. La plupart de ces semelles ne sont ni noires ni blanches, mais elles peuvent être noires si leur texture est adaptée.

Par exemple, les chaussures de fitness sont généralement conçues avec des **semelles non marquantes**. Comme elles s'utilisent en salle sur du parquet, du lino ou de la résine, leur gomme évite de laisser des traces noires ou des éraflures lors des sauts ou des appuis rapides

Pourquoi elles ne marquent pas le sol

- **Matière adaptée** : Elles utilisent du caoutchouc tendre ou clair qui ne râpe pas le revêtement des gymnases.
- **Usage intérieur** : Elles sont faites pour la salle, contrairement aux chaussures de running d'extérieur qui peuvent émousser ou tacher.

Comment vérifier votre modèle

- **Regarder la semelle** : La mention « *non-marking* » est souvent inscrite sous la semelle ou sur la boîte.
- **Inspecter la couleur** : Les semelles de couleur noire ne marquent plus forcément aujourd'hui, mais les semelles claires, transparentes ou en caoutchouc gomme sont un gage classique.
- **Le test de l'ongle** : Appuyez sur la gomme ; si elle est souple et s'enfonce un peu, elle ne marquera pas le sol