



**FFRS360**

**Accès et utilisation  
de l'espace adhérent**

***05/06/2026***





**Accès à l'espace  
adhérent**

# Page de connexion - Accès

- Cliquez sur le lien ci-dessous pour vous rendre sur la page d'accès à l'espace adhérent FFRS360 : <https://ffrs360-crm.my.site.com/licencie/s/login>



# Page de connexion - Présentation

Entrer ici votre nom d'utilisateur FFRS360. Il est toujours de la forme suivante :

N° de licence@ffrs360.espace adherent.fr

Ex : votre numéro de licence est le 0319268L

Alors votre nom d'utilisateur est le suivant :

0319268L@ffrs360.espaceadherent.fr

Entrer ici votre mot de passe créé lors de votre première connexion.

Vous ne vous souvenez plus du mot de passe ou vous ne l'avez jamais créé ? Cliquer sur Mot de passe oublié (explication diapo suivante)



Espace adhérents FFRS360

Votre nom d'utilisateur est votre numéro de licence suivi du suffixe @ffrs360.espaceadherent.fr  
Exemple : 0123456a@ffrs360.espaceadherent.fr

Nom d'utilisateur

Mot de passe

Se connecter

Mot de passe oublié ?

Jamais eu de licence FFRS ?  
Première inscription à la fédé uniquement.

Une fois le nom d'utilisateur et le mot de passe renseignés, cliquer sur se connecter et patienter quelques secondes.

Ce bouton ne doit être utilisé que si vous n'avez jamais été adhérent a un club affilié à la FFRS et que vous n'êtes pas encore inscrit. En cas de doute, demander à un membre du bureau de votre futur club.

# Page de connexion – mot de passe oublié

Si sur la page précédente vous avez cliqué sur le bouton « mot de passe oublié », vous arriverez sur cette page.

Entrer ici votre nom d'utilisateur FFRS360.  
N° de licence@ffrs360.espace adherent.fr  
Ex : votre numéro de licence est le 0319268L  
Alors votre nom d'utilisateur est le suivant :  
0319268L@ffrs360.espaceadherent.fr

## REINITIALISATION DU MOT DE PASSE

Pour réinitialiser votre mot de passe, nous aurons besoin de votre nom d'utilisateur. Nous enverrons des instructions de réinitialisation du mot de passe à l'adresse mail associée à votre compte.

Votre nom d'utilisateur est votre numéro de licence suivi du suffixe @ffrs360.espaceadherent.fr  
Exemple : 0123456a@ffrs360.espaceadherent.fr

Réinitialiser le mot de passe

Annuler

Vous recevrez alors sur votre adresse email un lien de création de mot de passe



N'entrez pas votre adresse email mais bien votre nom d'utilisateur



**Créer son compte FFRS  
pour la première fois**

# Créer son compte FFRS en autonomie



**FEDERATION FRANÇAISE RETRAITE SPORTIVE**  
SPORT SENIOR SANTÉ®

Espace adhérents FFRS360

Votre nom d'utilisateur est votre numéro de licence suivi du suffixe @ffrs360.espaceadherent.fr  
Exemple : 0123456a@ffrs360.espaceadherent.fr

Nom d'utilisateur

Mot de passe

**Se connecter**

Mot de passe oublié ?

**Jamais eu de licence FFRS ? Première inscription à la fédé uniquement.**

Cliquer sur le bouton « Jamais eu de licence FFRS... » et patienter quelques secondes.

# Créer son compte FFRS en autonomie

Remplir toutes les cases obligatoires (avec le symbole \*), avec vos informations personnelles officielles.  
Ne pas utiliser de diminutif ou de surnom, ces informations seront transmises aux assurances et doivent être celles présentes sur votre carte d'identité.

Espace adhérents FFRS360

\* Mme

\* France

\* Prénom

\* Code Postal

\* Nom

\* Ville

\* Rue

\* jj/mm/aaaa

\* E-mail

\* Créer un mot de passe

\* Confirmer le mot de passe

Enregistrer

Date de naissance

L'adresse email est obligatoire. Si vous ne disposez pas d'adresse email, entrer l'adresse de votre futur club ou d'un parent.

Le numéro de téléphone n'est pas obligatoire.

Le mot de passe de passe doit contenir au moins 8 caractères.

# Créer son compte FFRS en autonomie

Une fois les informations complétées, cliquer sur enregistrer et patienter quelques secondes.

The image shows a registration form with the following fields:

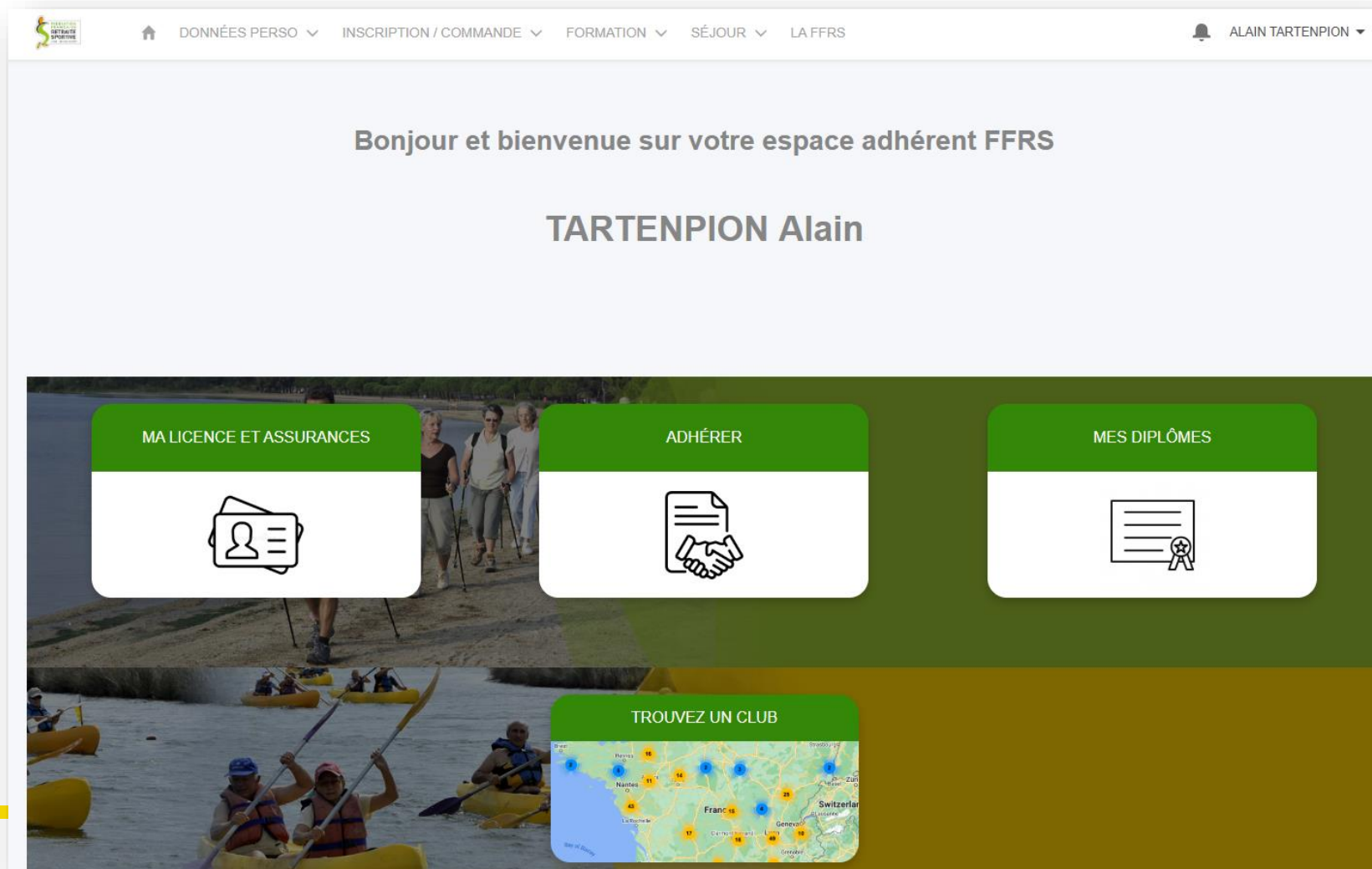
- Prénom: M.
- Nom: Alain
- Adresse: TARTENPION
- Date de naissance: 03/05/1934
- Email: famille.tartenpion@free.fr
- Code postal: 38360
- Ville: SASSENAGE
- Adresse complète: 12 RUE DES PIES
- Numéro de téléphone: 06 12 34 56 78
- Proposition de numéro standardisé: +33 6 12 34 56 78 (France)

A red box highlights the suggestion "+33 6 12 34 56 78 (France)", and a red arrow points to it from below. A green "Enregistrer" button is visible at the bottom right of the form.

Si vous avez renseigné un numéro de téléphone, l'outil vous proposera une mise en forme standardisé (+33 6 12 34 56 78) cliquez sur la proposition puis sur enregistrer à nouveau

# Créer son compte FFRS en autonomie

Quelques secondes après avoir cliqué sur le bouton « enregistrer » vous arriverez sur votre page d'accueil. Vous recevrez alors un mail avec votre nom d'utilisateur qui vous servira pour vous connecter à cet espace adhérent. Il sera du type [01234567x@ffrs360.espaceadherent.fr](mailto:01234567x@ffrs360.espaceadherent.fr). Pensez bien à enregistrer votre mot de passe.

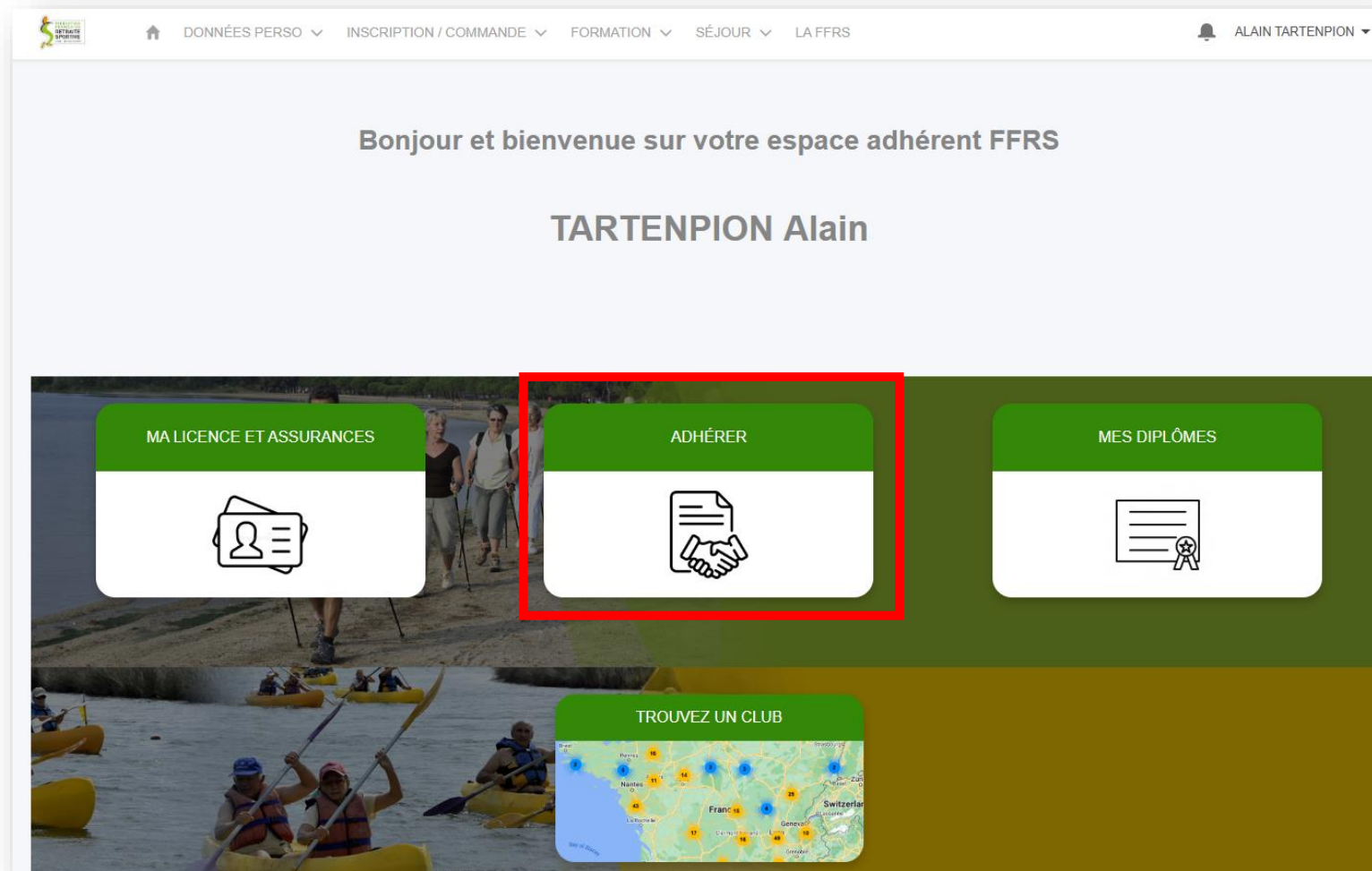




# Processus d'inscription

# S'inscrire en autonomie

Depuis la page d'accueil de votre espace, cliquer sur le bouton central « Adhérer »



# S'inscrire en autonomie – choix du club

La liste des clubs de la FFRS s'affiche, triée par numéro de département.

Choisissez votre club

379 éléments sur 379 • 1 élément sélectionné

N° Club	Departement	Nom de l'organisation
<input type="radio"/> 30004	GARD	CEMIRE RETRAITE SPORTIVE
<input type="radio"/> 30006	GARD	SPORTS LOISIRS CALMETTOIS
<input type="radio"/> 30007	GARD	MEJANNES MULTI SPORTS
<input type="radio"/> 30008	GARD	SPORT MILHAUD SENIORS
<input type="radio"/> 30011	GARD	VAUNAGE SPORTS ET LOISIRS
<input checked="" type="radio"/> 30012	GARD	A.S.S. CASTANET
<input type="radio"/> 30014	GARD	MARGUERITTES RETRAITE SPORTIVE
<input type="radio"/> 30018	GARD	GYM COEUR FORM
<input type="radio"/> 31001	HAUTE GARONNE	ASSOCIATION TOULOUSAINE RETRAITE SPORTIVE
<input type="radio"/> 31003	HAUTE GARONNE	FOYER DES AINES // section
<input type="radio"/> 31010	HAUTE GARONNE	ASSOCIATION TOULOUSAINE RETRAITE SPORTIVE

Suivant

Sélectionner le club que vous souhaitez intégrer puis cliquer sur suivant.

# S'inscrire en autonomie – choix de la saison sportive et de la licence

Sélectionner l'année sportive, puis cliquer sur suivant

\* Pour quelle année souhaitez-vous adhérer?

2026 / 2027

Précédent Suivant

Sélectionner La licence 2026-2027, puis cliquer sur suivant

Veillez choisir votre licence

1 élément sur 1 • 1 élément sélectionné

Nom	Tarif	Description
<input checked="" type="radio"/> Licence FFRS saison 2026-2027	28,00 €	Licence standard FFRS saison 2026 / 2027

Au prix de la licence sera ajouté dans votre panier la part CORERS, CODERS ainsi que la cotisation à votre club.  
La part CORERS et CODERS ne sera applicable que si votre club en dépend.  
Cette part correspond au fonctionnement de la structure, règlement stage formation...

Précédent Suivant

# S'inscrire en autonomie – choix des assurances

Les assurances RC, assistance rapatriement et assistance psychologique et juridique sont obligatoires : 1,16€  
L'assurance IA – individuelle accident est conseillée n'est pas obligatoire et peut être désélectionnée.

Sélection des assurances optionnelles :

Les assurances RC, assistance-rapatriement et assistance Psychologique et Juridique sont incluses dans la licence 2024-2025.  
La garantie IA est sélectionnée mais vous avez la possibilité de la décocher. Cependant, nous vous conseillons de la conserver.  
Si vous sélectionnez la garantie IA+, la garantie IA de base se décochera  
Les options choisies seront automatiquement ajoutées à votre panier.

## Assurances disponibles

3 éléments sur 3 • 1 élément sélectionné

<input type="checkbox"/> Nom	Type	Tarif	Description	Tableau des garanties
<input type="checkbox"/> IA+	Option	6,05 €	Même garantie que l'IA de base, seuls les montants de couverture sont supérieurs. Voir tableau des garanties pour les montants	
<input checked="" type="checkbox"/> IA Base - Individuelle accident	Conseillé	1,05 €	Cette garantie vous couvre en cas d'accident et décès lors d'une activité reconnue par la FFRS. Voir le tableau de garanties pour les montants.	
<input type="checkbox"/> Effets Personnels	Option	26,00 €	Cette garantie couvre les dommages subis aux biens personnels (vélo, vêtement...) en cas d'accident corporel	

# S'inscrire en autonomie – choix des activités

## Sélectionner une à plusieurs activités

Vous pouvez choisir une ou plusieurs des activités proposées dans votre club

### Activités

<input type="checkbox"/>	Nom de l'activité ...	Nom de l'activité ...	Créneau	Type	Adresse	Tarif à l'année	Places restantes
<input checked="" type="checkbox"/>	AQUAGYM VE 14.15/15.00	Gymnastique aquatique	-	FIFO avec liste d'attente		75,00 €	10
<input checked="" type="checkbox"/>	BALADE LU (DUBOIS)	Marche / Balade de proximité	-	Activité sans jauge		0,00 €	Illimité
<input type="checkbox"/>	CYCLOTOURISME POUR CONFIRMES LU	Activités Cyclistes	-	Activité sans jauge		0,00 €	Illimité
<input type="checkbox"/>	CYCLOTOURISME POUR DEBUTANTS VE	Activités Cyclistes	-	Activité sans jauge		0,00 €	Illimité
<input type="checkbox"/>	DANSE EN LIGNE MA	Danses en ligne	-	FIFO avec liste d'attente		0,00 €	31
<input type="checkbox"/>	DANSE EN LIGNE ME	Danses en ligne	-	FIFO avec liste d'attente		0,00 €	30
<input type="checkbox"/>	GYM DOUCE JE 11/12	Gym douce (ex. pilates)	-	FIFO avec liste d'attente		0,00 €	20
<input type="checkbox"/>	GYMNASTIQUE ADAP- TEE AUX SENIORS MA 10.30/11.45	Activités gymniques d'entretien de la forme	-	FIFO avec liste d'attente		0,00 €	30

FIFO : Activité avec place limité, premier arrivé premier servi.

FIFO avec liste attente, comme pour FIFO mais une fois le nombre de place disponible atteint possibilité d'être en liste d'attente en cas de désistement.

# S'inscrire en autonomie – cases à cocher

Sélectionner l'un des choix concernant la connaissance de votre club :

Vous vous inscrivez pour la première fois dans le club: A.S.S. CASTANET  
Nous souhaitons savoir comment vous avez connu la FFRS et le club, merci si vous sélectionnez l'option 'Autre' de ren

\* Comment avez-vous connu le club?

- Aucun --
- Aucun --
- Forum des associations
- Evènement organisé par un club (découverte d'activité, concours,...)
- Presse et média**
- Par un professionnel santé
- Bouche-à-oreille (Ami, famille,...)
- Internet et réseau sociaux (Facebook,...)
- Autre

Lors de la première inscription, il n'est pas conseillé de rentrer directement d'infos complémentaires concernant des projets pour devenir animateur. Sélectionner « non »

\* J'ai ou j'envisage d'obtenir un rôle de dirigeant et/ou d'animateur / instructeur.

- Oui  
 Non

Précédent

Suivant

# S'inscrire en autonomie – cases à cocher

Sélectionner votre choix concernant le droit à l'image et cocher les 3 autres cases, après avoir pris connaissance de leur contenu

\* J'accorde mon droit à l'image à la FFRS

- Je donne mon accord pour l'exploitation et la diffusion de mon image. En cochant cette case, j'accepte les conditions d'exploitation et de diffusion de droit à l'image et j'atteste avoir bien pris connaissance du document d'information à [ce lien](#)
- Je refuse de donner mon consentement de droit d'image
- Je déclare avoir pris connaissance du document d'information sur les garanties et franchises ainsi que de la notice d'information relative à l'assurance
- J'ai bien pris connaissance des recommandations santé de la [Commission médicale](#)
- Je déclare avoir pris connaissance du [Règlement intérieur](#) du club et m'engage à le respecter dans son intégralité

Précédent Suivant

# S'inscrire en autonomie – Règlement de votre adhésion chèque

Le récapitulatif de votre « commande » s'affiche, et offre plusieurs modes de paiement en fonction du club choisi. Si le mode de règlement est « chèque » alors, simplement cliquer sur valider ma commande. Le processus est alors terminé, vous recevrez par email une confirmation de commande.

Vous pouvez à présent choisir votre moyen de paiement et cliquer sur valider pour finaliser votre commande

Carte de crédit  
 Chèque

**Produits sélectionnés**  
11 éléments sur 11

Numéro de ligne	Type de produit	Nom du produit	Prix total
3	Assurance	RC - Défense Recours	0,57 €
4	Assurance	Assistance - Rapatriement - secours	0,47 €
5	Assurance	Assistance Psychologique et Juridique	0,12 €
6	Adhésion CORERS	CORERS OCCITANIE	2,00 €
7	Adhésion CODERS	CODERS DU GARD	10,00 €
8	Adhésion Club	Adhésion Club A.S.S. CASTANET	33,29 €
9	Activités	GYMNASTIQUE HOMMES MA	0,00 €
10	Activités	BALADE LU (DUBOIS)	0,00 €
11	Activités	AQUAGYM VE 14.15/15.00	75,00 €

Total: 148,5 €

Précédent Valider ma commande

# S'inscrire en autonomie – Règlement par CB

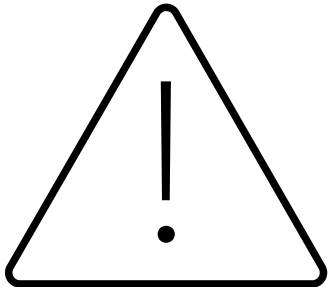
Si carte bancaire est sélectionnée, après avoir cliqué sur valider ma commande, une nouvelle fenêtre s'affiche.

Votre commande est enregistrée, pour la régler suivez le lien ci-dessous.

Gardez cet onglet ouvert et cliquez sur le lien pour accéder au paiement par carte. Vous pourrez ensuite cliquer sur Suivant pour finaliser votre achat

[Accédez ici à la page de paiement](#)

~~Suivant~~



Ne pas cliquer sur « suivant » directement ! Dans le cas contraire il faudra recommencer entièrement la procédure d'inscription !!!

# S'inscrire en autonomie – Règlement par CB

Une nouvelle fenêtre s'ouvre avec l'outil sécurisé de paiement en carte bancaire. Renseigner vos informations de carte de paiement puis cliquer sur payer. Une fois le paiement réussi retourner sur la fenêtre de commande.



Fédération Française de la retraite sportive

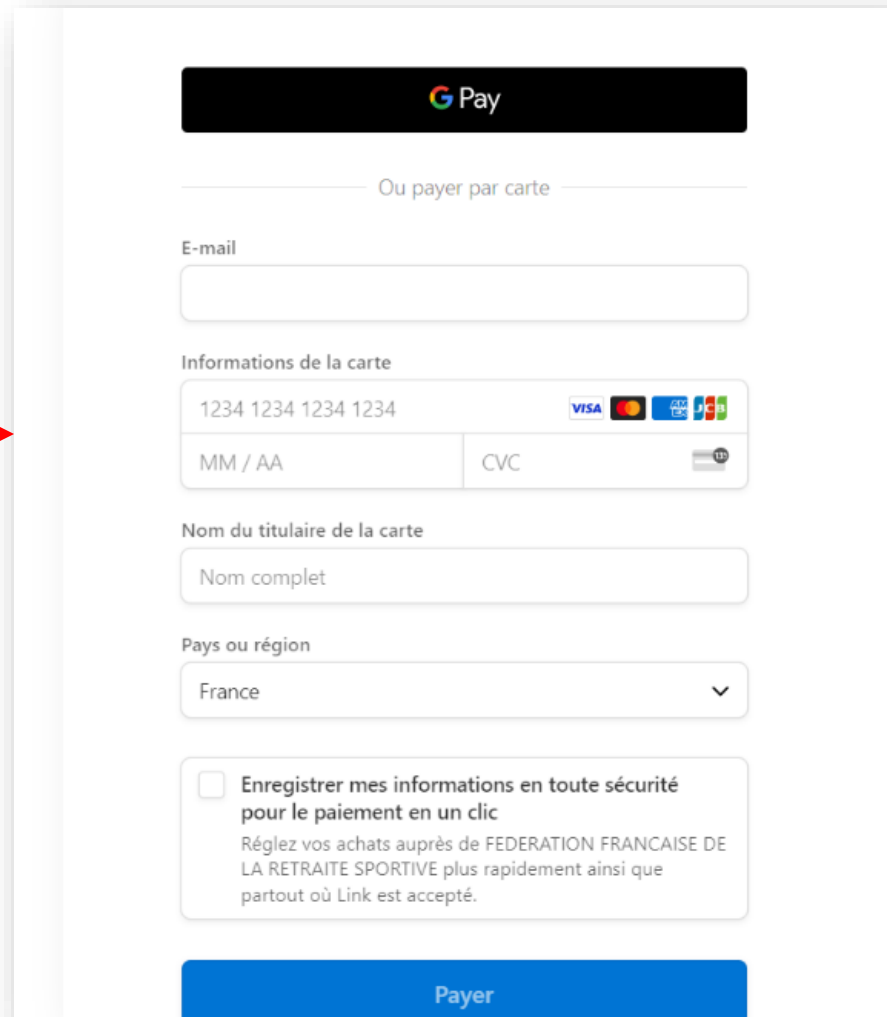
**50,00 €**

Mode de paiement

CreditCard

**Payer**

Powered by **FINDOCK**



**Google Pay**

Ou payer par carte

E-mail

Informations de la carte

1234 1234 1234 1234

MM / AA CVC

Nom du titulaire de la carte

Nom complet


Pays ou région

France

Enregistrer mes informations en toute sécurité pour le paiement en un clic

Réglez vos achats auprès de FEDERATION FRANCAISE DE LA RETRAITE SPORTIVE plus rapidement ainsi que partout où Link est accepté.

**Payer**



Fédération Française de la retraite sportive

**Païement réussi !**

Le paiement a été accepté. Merci !

Powered by **FINDOCK**

# S'inscrire en autonomie – Règlement par CB

Le paiement CB effectué vous pouvez maintenant cliquer sur suivant.

Votre commande est enregistrée, pour la régler suivez le lien ci-dessous.

Gardez cet onglet ouvert et cliquez sur le lien pour accéder au paiement par carte. Vous pourrez ensuite cliquer sur Suivant pour finaliser votre achat

[Accédez ici à la page de paiement](#)

Suivant

Un message vous indique que la commande est en cours de traitement, un mail avec le récapitulatif de commande est alors envoyé sur l'adresse email.

En cours de traitement. Si votre paiement a été traité votre commande sera validée automatiquement dans quelques minutes et vous recevrez un e-mail de confirmation

Précédent

Terminer

Votre licence sera disponible dans vos documents 15 jours plus tard.



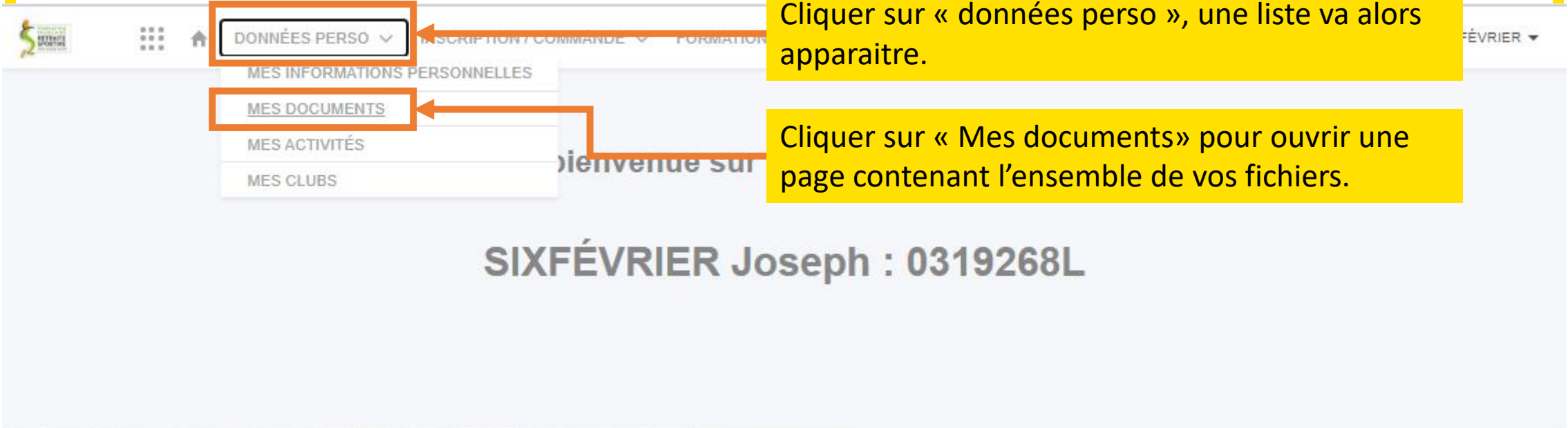
Récupérer sa licence

# Page d'accueil – Récupérer sa licence – Méthode 1

The screenshot shows the FFRS member dashboard. At the top, there is a navigation bar with the FFRS logo, a home icon, and menu items: 'DONNÉES PERSO', 'INSCRIPTION / COMMANDE', 'FORMATION', 'SÉJOUR', and 'LA FFRS'. On the right, the user's name 'JOSEPH SIXFÉVRIER' is displayed with a notification bell icon. Below the navigation bar, a greeting reads 'Bonjour et bienvenue sur votre espace adhérent FFRS'. The user's name and ID are shown: 'SIXFÉVRIER Joseph : 0319268L'. The main content area features four green buttons with white icons: 'MA LICENCE ET ASSURANCES' (with a license icon), 'ADHÉRER' (with a document and handshake icon), 'MES DIPLÔMES' (with a diploma icon), and 'TROUVEZ UN CLUB' (with a map icon). A yellow callout box with a black border and an arrow pointing to the 'MA LICENCE ET ASSURANCES' button contains the following text: 'Cliquez sur ce bouton ma licence et assurances, le fichier PDF va être directement téléchargé par votre navigateur internet (Edge / Safari / chrome / internet explorer / Firefox / Netscape...'. The background of the dashboard is a collage of images showing people hiking and kayaking.

Cliquez sur ce bouton ma licence et assurances, le fichier PDF va être directement téléchargé par votre navigateur internet (Edge / Safari / chrome / internet explorer / Firefox / Netscape...

# Page d'accueil – Récupérer sa licence – Méthode 2



The screenshot shows a user profile menu with the following items: DONNÉES PERSO, MES INFORMATIONS PERSONNELLES, MES DOCUMENTS, MES ACTIVITÉS, and MES CLUBS. Two orange arrows point from yellow text boxes to the 'DONNÉES PERSO' and 'MES DOCUMENTS' items.

Cliquer sur « données perso », une liste va alors apparaître.

Cliquer sur « Mes documents » pour ouvrir une page contenant l'ensemble de vos fichiers.



Three green buttons are displayed on a dark green background with a photo of hikers. Each button has a white header and a white body with an icon.

- MA LICENCE ET ASSURANCES**: Icon of a document with a person silhouette.
- ADHÉRER**: Icon of a document with two hands shaking.
- MES DIPLÔMES**: Icon of a certificate with a star and ribbon.

# Page d'accueil – Récupérer sa licence – Méthode 2

Une page regroupant tout vos fichiers disponibles apparait (Licence / Justificatif d'achat et très bientôt les diplomes).

Cliquer sur un entête de colonne permet de trier par ordre alphabétique,

	Titre ↑	Propriétaire	Date de dernière modification
Partagés avec moi	Adhésion - Licence 23/24-0319268L	Joseph Sixfévrier	27/02/2025 16:52
Récents	Adhésion - Licence 24/25-0319268L	Joseph Sixfévrier	27/02/2025 16:52
Suivis	Adhésion - Licence 24/25-0319268L	Joseph Sixfévrier	27/02/2025 16:52
	Adhésion - Licence 25/26-0319268L	Joseph Sixfévrier	14/10/2025 13:01
	Adhésion-2024-114492	Joseph Sixfévrier	27/02/2025 16:52
	Adhésion-2024-115810	Joseph Sixfévrier	27/02/2025 16:52