



GYM FORME JOUR - ADULTES

Date d'inscription :

Nom : Prénom : Né(e) le : M / F (**)

Adresse :

Code Postal : Ville :

Mail :

☎ domicile..... ☎ travail..... ☎ mobile.....

(**) Masculin/Féminin -> Rayer la mention inutile

(*) : L'inscription n'est définitive qu'après l'accord du responsable d'activité, le règlement total de l'adhésion et de la cotisation et la fourniture d'un certificat médical d'aptitude. **L'absence de ce certificat dans les 15 jours suivant votre inscription entraînera votre suspension.**

(*) : Les cours ne démarreront que s'il y a suffisamment d'adhérents inscrits, quota minimum : 8 adhérents

	Cours	Jour	Horaire	Durée	Lieu	Prof.	x
	Pilates Fondamental	Lundi	9h00 – 10h00	1h	Gym Mermoz – salle de danse	Pascale	
	Gym Tonic	Lundi	10h15 – 11h15	1h	Gym Mermoz – salle de danse	Nathalie/Pascale	
	Gym Douce Renforcement Musculaire	Lundi	11h30 – 12h30	1h	Gym Mermoz – salle de danse	Nathalie/Pascale	
	Gym Douce / Réveil Musculaire & stretching	Mardi	09h30 – 10h30	1h	Gym Terray – Studio de danse	Nathalie/Fabienne	
	Gym Douce Renforcement Musculaire	Mardi	10h45 – 11h45	1h	Gym Terray – Studio de danse	Nathalie/Fabienne	
	Gym Tonic Stretch & Relax	Mardi	10h00 – 11h15	1h15	Gym Mermoz – Salle de danse	Bénédicte	
	Gym Tonic	Mercredi	09h45 – 10h45	1h	Gym Terray – Studio de danse	Nathalie/Bénédicte	
	Gym Douce Renforcement Musculaire	Mercredi	11h00 – 12h00	1h	Gym Terray – Studio de danse	Nathalie/Bénédicte	
	Gym Tonic	Jeudi	09h30 – 10h30	1h	Gym Marvingt – Salle Hélène Boucher	Nathalie/Amadou	
	Stretching	Jeudi	10h45 – 11h45	1h	Gym Marvingt – Salle Hélène Boucher	Nathalie/Amadou	
New	Pilates doux seniors & Gym Adaptée (*)	Jeudi	14h30 – 15h30	1h	A.S.V. - Salle de Danse	Corinne	
	Pilates Débutant	Jeudi	15h45 – 16h45	1h	A.S.V. - Salle de Danse	Corinne	
	Gym Douce Renforcement Musculaire	Vendredi	09h30 – 10h30	1h	Gym Marvingt – Salle Hélène Boucher	Nathalie/Amadou	
	Stretching	Vendredi	10h45 – 11h45	1h	Gym Marvingt – Salle Hélène Boucher	Nathalie/Amadou	
	Pilates débutant	Vendredi	11h00 – 12h00	1h	A.S.V. - Salle de Danse	Corinne	
	Pilates débutant/Inter.	Vendredi	12h30 – 13h30	1h	Gym Marvingt – Salle Hélène Boucher	Corinne	

(*) Gym avec utilisation de chaise : Un large panel d'exercices pour travailler l'ensemble du corps (membres inférieurs et supérieurs), en musculation, comme en souplesse, en toute sécurité grâce à l'assise et l'appui sur chaise.

TSVP →

Informatique et libertés : Le droit d'accès et de rectification des données vous concernant dans notre fichier informatisé (déclaré auprès de la CNIL) peut s'exercer auprès du secrétariat. Ces données sont réservées à l'usage exclusif de la gestion de l'ASV.

Droit à l'image : Je refuse que les photos prises lors de l'exercice de cette activité soient utilisées sur le site Internet ou dans les documents de l'ASV destinés au public (si vous ne cochez pas cette case, nous considérons que vous acceptez d'y figurer).



TARIFS – Cotisation ANNUELLE

1h00 : 196 € 3h00 : 432 €
 1h15 : 232 € 3h15 : 452 €
 2h00 : 348 € 4h00 : 508 €
 2h15 : 372 € 4h15 : 528 €

Veillez indiquer si vous êtes inscrit dans un autre cours de gymnastique à l'ASV, car les **tarifs** sont **dégressifs**.

J'ai pris connaissance du protocole sanitaire et du règlement intérieur de la section gymnastique pour Adultes, documents joints, et je les accepte.

Signature

A REGLER		Règlement :	
Adhésion annuelle (+ 16 ans) :.....	18 €	En espèces	
Supplément (extra muros) :	(+18 €)	Coupon sport/Chèque ANCV	
Cotisation annuelle :	€	Chèque à l'ordre de l'ASV	
TOTAL :	€	Règlement en 4 chèques (voir exemple ci-dessous)	

Exemple : pour 1 heure de cours/semaine
 Le 1^{er} chèque = 49 € + 18 € d'adhésion (+ 18 € extra-muros)
 Les 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} chèques = 49 €.

RESPONSABLE : Michèle PINON : 06 88 47 05 26

Reprise des cours la semaine du LUNDI 06 SEPTEMBRE 2021