

NOM : _____ Prénom : _____ Téléphone : _____

Date de Naissance : _____ Adresse mail : _____

Adresse : _____

Je m'inscris à la marche : mardi matin Je m'inscris à la marche active : un jeudi toutes les 3 semaines

Je m'inscris à la gym (cocher le ou les cours choisis) : (**hors vacances scolaires et jours fériés**).

- Lundi 14h30 > 15h30 : Renforcement musculaire (Virginie R) 1h
- Lundi 15h30 > 16h30: Pilate (Virginie R) 1h
- Lundi 16h30 > 17h30 : Stretching postural (Virginie R) 1h
- Lundi 17h30 > 18h30 : Renforcement musculaire (Virginie R) 1h
- Lundi 19h00 > 20h00 : Renforcement musculaire (Fit Renfo)(Virginie M) 1h

- Mercredi 19h00>19h45 : LIA (Virginie M) 0h45 { ou 1h30
- Mercredi 19h45>20h30 : Zumba(Virginie M) 0h45 { pour les 2 cours

- Jeudi 13h45 > 14h45 : Stretching postural (Virginie R) 1h
- Jeudi 14h45 > 15h45 : Renforcement musculaire (Virginie R) 1h
- Jeudi 15h45 > 16h45 : Stretching postural (Virginie R) 1h
- Jeudi 16h45> 17h45 : Pilate (Virginie R) 1h

Tarifs annuels :

- 0h45 de cours de gym par semaine 90 €
- 1h de cours de gym par semaine 114 €
- 1h30 de cours de gym par semaine 138 €
- 1h45 de cours de gym par semaine 147€
- 2h de cours de gym par semaine 159 €
- 2h30 de cours de gym par semaine 180 €
- 2h45 et plus de cours de gym par semaine 201 €
- Marche pour un adhérent Gym 10€

10 % pour l'adhésion d'un jeune de moins de 16 ans accompagnant un adulte adhérent (âge minimum 12 ans)

Chèque à l'ordre de « GYM RANDO » La Saussaye, cotisation payable en 1 chèque ou 3 chèques maximum : Banque :

N° de chèque :

N° de chèque :

N° de chèque :

Toute adhésion est due pour l'année entière et non remboursable. Tous les incidents survenus lors des activités au sein de l'association doivent être couverts par votre propre assurance « individuelle accident » ou « responsabilité civile »

J'autorise l'Association à utiliser les photos prises lors des événements

Je reconnais avoir pris connaissance des dispositions du contrat d'engagement républicain

Fait à

le

Signature

Gym-rando.lasaussaye@outlook.fr

<http://club.sportsregions.fr/gym-rando>