

Uniquement pour les personnes non inscrites à Gym'Form.

- Coût de l'adhésion :** 5€ l'année
- Coût de la séance :** 5€ avec location de bâtons (SLM détient 15 paires de bâtons).
4€ sans location de bâtons (pour les personnes détenant leurs bâtons).
- Règlement :** se fait sur place avant le cours (**apporter l'appoint svp**).
- Nb participants :** Par séance : 20 personnes : 15 participants avec location de bâtons et 5 participants détenant leurs bâtons.
- La Tenue :** Il est préférable de se vêtir confortablement avec chaussures de marche ou baskets et de prévoir un vêtement de pluie en cas de mauvais temps. En cas de neige, grêle ou très forte pluie, la séance serait annulée.
- Les jours :** 2 séances de 1h30, 2 samedis par mois : de 9h15 à 10h45 (marche rapide) et de 10h45 à 12h15.
- Le lieu :** Variable. Le point de RDV du covoiturage se fait à l'étang de la Croix Verte à St Macaire en Mauges.
- Comment s'inscrire :** Détacher le coupon ci-dessous, le restituer à SLM complété et accompagné du montant de l'adhésion. Un message vous sera adressé tous les 15 du mois pour vous informer des dates et lieux des séances du mois suivant, ainsi que des points de RDV covoiturage.



NOM : _____

PRENOM : _____

ADRESSE : _____

COMMUNE : _____

ANNEE DE NAISSANCE : _____

TELEPHONE : _____

MAIL (majuscules) : _____