

NOM..... PRENOM.....
 ADRESSE.....
 COMMUNE
 ANNEE DE NAISSANCE..... TELEPHONE.....
 MAIL (majuscules).....

MARCHE NORDIQUE

Souhaitez-vous recevoir les sorties
tous les mois par mail

☐ oui : ☐ non



Merci de cocher votre choix dans les cases ☐ (3 maxi)

Jour	Nature du cours		Intervenant	Horaires	lieu
LUNDI	Renforcement musculaire		Estelle	9 COMPLET	Espace MJ HERVE
	STEP confirmé		Isabelle	19h00 / 20h00	Salle G. RAYMOND
	STEP intermédiaire			20h15 / 21h15	
MARDI	Medley (mi renfo mi muscu)		Estelle	20h45 / 21/45	
MERCREDI	Renforcement musculaire		Isabelle	9h30 / 10h30	Espace MJ HERVE
	Renfo Hommes			10h30 / 11h30	
	Bien être Pilates			1 COMPLET	
				1 COMPLET	
		Tabata Cardio Training		Estelle	2 COMPLET
JEUDI	Gym douce		Isabelle	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
				10h15 / 11h15	
	Renforcement musculaire			1 COMPLET	Salle G. RAYMOND
			1 COMPLET		
	Latino Fit		Estelle	20h45 / 21h45	

sous réserve d'acceptation des créneaux horaires et des salles par la mairie

Cotisation annuelle	1 cours semaine	Plsrs cours
Sèvremoine *	70€	105€
Hors Sèvremoine	80€	115€
Attestation d'adhésion à fournir pour l'employeur ?		
Participation photos et vidéos ? cochez en cas de refus		

Règlement	Montant
Chèque (Ordre SLM)	
Espèces	
Bons (Intermarché ANCV C E)	



La SIGNATURE vaut ACCEPTATION du règlement intérieur :



REGLEMENT 2018/2019

- Le certificat médical n'étant pas obligatoire ni exigé, l'association se décharge de toute responsabilité en cas d'accident. Cependant, il est demandé aux personnes souffrant de pathologie grave, cardiaque, respiratoire ou autre
- Une période d'essai de 15 jours sera possible sur dépôt d'un chèque de caution du montant de la cotisation. La somme sera mise en attente pendant cette période et restituée en cas de non satisfaction.
- Planning hebdomadaire (durée des cours 55 mn) : sous réserve d'acceptation des créneaux horaires et des salles par la mairie

Planning hebdomadaire (durée des cours 55 min) :		sous réserve d'acceptation des créneaux notifiés et des salles par la mairie		
Jour	Nature du cours	Intervenant	Horaires	lieu
LUNDI	Renforcement musculaire	Estelle	9H15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	STEP confirmé	Isabelle	19h00 / 20h00	Salle G. RAYMOND
	STEP intermédiaire		20h15 / 21h15	
MARDI	Medley (mi renfo mi muscu)	Estelle	20h45 / 21/45	
MERCREDI	Renforcement musculaire	Isabelle	9h30 / 10h30	Espace MJ HERVE
	Renfo Hommes		10h30 / 11h30	
	Bien être Pilates		18h15 / 19h15	
		19h15 / 20h15		
		Estelle	20h30 / 21h30	
	Tabata Cardio Training		20h45 / 21h45	Salle G. RAYMOND
JEUDI	Gym douce	Isabelle	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	10h15 / 11h15			
	Renforcement musculaire		18h45 / 19h45	Salle G. RAYMOND
		19h45 / 20h45		
	Latino Fit	Estelle	20h45 / 21h45	

- Les cours ne sont pas assurés pendant les vacances de Noël et qu'une semaine sur 2 pendant les autres vacances scolaires.
- Reprise des cours le lundi 3 septembre 2018. Pour la salle M.-J. Hervé (sol parquet) prévoir une paire de chaussures et une serviette.
- L'association ne prévoit ni AVOIR ni REMBOURSEMENT.
- A compter du 1^{er} septembre une majoration de 10€ sera appliquée sur chaque nouvelle adhésion. A compter du 1^{er} janvier 2019 les tarifs seront réduits de 20€ et à compter du 1^{er} mars 2019 ils seront réduits de 30€.
- Les mineurs inscrits avec leurs parents restent sous leur responsabilité pendant les cours. Pour les autres, l'association ne peut être responsable en cas d'absence au cours.

* Liste des communes Sèvremoine : La Renaudière, Le Longeron, Montfaucon, Roussay, St André de la Marche, St Crépin s/Moine, St Germain s/Moine, St Macaire en Mauges, Tillières, Torfou.

A
C
O
N
S
E
R
V
E
R