

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	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	Renforcement musculaire	complet	19h00 / 20h00	Salle Jacques Secretin
	Bien être Pilates		20h00 / 21h00	
MARDI	Medley (mi cardio mi renfo)	Estelle	20h45 / 21/45	Salle G Raymond
MERCREDI	Renforcement musculaire	Isabelle	9h30 / 10h30	Espace MJ HERVE
	Renfo Hommes		10h30 / 11h30	
	Bien être Pilates	complet	18h15 / 19h15	
	Bien être Pilates	c	19h15 / 20h15	
	Tabata Cardio Training	Estelle	20h30 / 21h30	
JEUDI	Gym douce	complet	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	Renforcement musculaire		10h15 / 11h15	
	Renforcement musculaire	complet	18h45 / 19h45	Salle G RAYMOND
	Renforcement musculaire	Isabelle	19h45 / 20h45	
	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 *	72€	110€
Hors Sèvremoine	82€	120€
Attestation d'adhésion à fournir pour l'employeur ?		
Participation photos et vidéos ? cochez en cas de refus		

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

☞ **La SIGNATURE vaut ACCEPTATION du règlement intérieur :**

- 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

 A
C
O
N
S
E
R
V
E
R

Jour	Nature du cours	Intervenant	Horaires	lieu
LUNDI	Renforcement musculaire	Estelle	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	Renforcement musculaire	complet	19h00 / 20h00	Salle Jacques Secretin
	Bien être Pilates		20h00 / 21h00	
MARDI	Medley (mi cardio mi renfo)	Estelle	20h45 / 21/45	
MERCREDI	Renforcement musculaire	Isabelle	9h30 / 10h30	Espace MJ HERVE
	Renfo Hommes		10h30 / 11h30	
	Bien être Pilates	complet	18h15 / 19h15	
	Bien être Pilates	c	19h15 / 20h15	
	Tabata Cardio Training	Estelle	20h30 / 21h30	
JEUDI	Gym douce	complet	9h15 / 10h15	Espace MJ HERVE
	Renforcement musculaire		10h15 / 11h15	
	Renforcement musculaire	complet	18h45 / 19h45	Salle G. RAYMOND
	Latino Fit	Isabelle	19h45 / 20h45	
		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 2 septembre 2019. 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, les tarifs seront réduits de 20€ et à compter du 1^{er} mars, 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.