

BULLETIN D'INSCRIPTION ANNEE 2023-2024

NOM et Prénom : Né(e) le :

Adresse :

Nom de Jeune Fille: Tél Mobile:

Adresse mail: (à défaut 3 enveloppes timbrées) :

cochez le/les cours que vous choisissez

*** Concernant les cours de GYM il est possible de s'inscrire à 3 séances maximum**

<i>Centre de Loisirs - Chemin des Petites Plantes</i>		
PILATES	Lundi : 9h - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
	Lundi : 10h - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
	Lundi : 12h30 - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
ABDOS - Fessiers - Stretching *	Lundi : 11h - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 50 personnes)
Stretching/Relaxation	Lundi : 15h15 - Barbara <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
BODY- ZEN	Mardi : 9h30 - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
Renforcement *	Mardi : 10h30 - Isabelle <input type="checkbox"/>	(Maxi 50 personnes)
Renforcement - Stretching *	(Maxi 50 personnes)	Mardi : 14h30 - Isabelle <input type="checkbox"/>
Renforcement musculaire *	Jeudi : 8h45- Magalie. <input type="checkbox"/>	(Maxi 50 personnes)
	Jeudi : 9h40 - Magalie. <input type="checkbox"/>	(Maxi 50 personnes)
YOGA/PILATES	(Maxi 30 personnes)	Jeudi : 17h30 - Barbara <input type="checkbox"/>
Cardio - Renfort *	(Maxi 50 personnes)	Jeudi : 18h15 - Barbara <input type="checkbox"/>
HATA YOGA/YOGA NIDRA	<i>Priorité Débutants (30 pers)</i>	Lundi : 19h - Marie France <input type="checkbox"/>
	<i>Priorité Confirmés (30 pers)</i>	Mardi : 18h30 - Marie France <input type="checkbox"/>
GYM Hommes	(Maxi 40 personnes)	Lundi : 19h - Michel <input type="checkbox"/>
Marche/ Cardio	Lundi : 18h30 - 20h00 Nadine <input type="checkbox"/>	(Prévoir une tenue vestimentaire adaptée)

<i>Salle de Danse ou Dojo - Rue Anatole France</i>		
GYM Posturale *	Lundi : 9h - Nathalie / Sébastienne <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
	Lundi : 10h15 Nathalie /Sébastienne <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
Gym Entretien - Renforcement *	Mardi : 8h45- Nathalie / Sébastienne <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
	Mardi : 9h45 Nathalie / Sébastienne <input type="checkbox"/>	(Maxi 30 personnes)
Gym Entretien - Stetching *	Salle DOJO. (Maxi 30 personnes).	Mardi : 16h30- Brigitte <input type="checkbox"/>
GYM. (Mini 10 personnes) *	Vendredi : 9h15 - Chantal <input type="checkbox"/>	Mardi : 19h45 - Chantal <input type="checkbox"/>
EQUILIBRE (Maxi 20 personnes). Salle DOJO	Jeudi : 8h30 - Marie Françoise <input type="checkbox"/>	Jeudi : 9h30 - Marie Françoise <input type="checkbox"/>
Cardio - LIA - Steps *	(Mini 20 personnes)	Vendredi : 19h05 - 20h05 Anne <input type="checkbox"/>

Espace NATATION

NATATION (Maxi 35 personnes)	Jeudi : 9h35 - Patrick - Yves <input type="checkbox"/>	Jeudi : 19h45- Patrick - Yves. <input type="checkbox"/>
	Vendredi :16h15 - Patrick - Yves <input type="checkbox"/>	Vendredi : 19h45- - Yves <input type="checkbox"/> (minimum 25 personnes)
AQUAGYM (Max 35 personnes)	Lundi: 16h15 - Jordan <input type="checkbox"/>	Lundi: 19h45- Jordan <input type="checkbox"/>
	Mercredi: 19h45 -Jordan <input type="checkbox"/>	
	Vendredi: 9h45 - Aurélien <input type="checkbox"/>	Vendredi: 10h45 - Aurélien <input type="checkbox"/>
AQUABIKE (10 personnes/séances)	Mardi : 19h45 - Gilles <input type="checkbox"/>	Mardi: 20h15 - Gilles <input type="checkbox"/>
	Mercredi :14h30 - Gilles <input type="checkbox"/>	Mercredi: 15h00 - Gilles <input type="checkbox"/>

COMPOSITION DU DOSSIER D'INSCRIPTION

- Bulletin d'inscription complété, daté et signé
- Questionnaire de santé
- Règlement par chèques

DIVERS

- J'ai besoin d'une attestation d'inscription
- Je n'autorise pas l'association à publier ma photo sur son site internet

COMMENT DEPOSER SON DOSSIER

- ☛ **Pour toutes nos activités, les inscriptions auront lieu au Centre de Loisirs Chemin des Petites Plantes**
- ☛ **Dolchardiens** : Lundi 4 et Mardi 5 Septembre 2023 de 9h00 à 19h00 (journée continue)
- ☛ **Extérieurs** : Mardi 5 Septembre 2023 à partir de 9h00 jusqu'à 19h00 (dans la mesure des places disponibles)

TARIFS Chèques à déposer à l'inscription / à l'ordre de l'AGV St Douillard
Possibilité de 3 chèques (fin Septembre / fin Janvier / Fin Mars)

DOLCHARDIENS				Colonne réservée AGV
Gym Posturale / Gym / Entretien	Pour 3 séances maximum	36 €	78 €	
PILATES	Pour 1 séance par semaine	36 €	78 €	
Body Zen Stretching - Relaxation	Pour 2 séances par semaine	36 €	80 €	
YOGA - EQUILIBRE	Pour 1 séance par semaine	36 €	80 €	
Marche / Cardio	Pour 1 séance par semaine	36 €	85 €	
NATATION (du 18/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	80 €	
AQUAGYM (du 18/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	98 €	
AQUABIKE (du 18/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	231 €	
EXTERIEURS				Colonne réservée AGV
Gym Posturale / Gym / Entretien	Pour 3 séances maximum	36 €	108 €	
PILATES	Pour 1 séance par semaine	36 €	108 €	
Body Zen Stretching - Relaxation	Pour 2 séances par semaine	36 €	110 €	
YOGA EQUILIBRE	Pour 1 séance par semaine	36 €	110 €	
Marche / Cardio	Pour 1 séance par semaine	36 €	115 €	
NATATION (du 19/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	110 €	
AQUAGYM (du 19/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	128 €	
AQUABIKE (du 19/09 au 30/06)	Pour 1 séance par semaine	36 €	264 €	

Date :

Signature