

BULLETIN D'INSCRIPTION

Année 2022-2023

Début des cours le **12/09/2022** Fin des cours le **30/06/2023**

HORAIRE DES COURS :

Lundi :

17h15 à 18h15 Fitball (Complexe)
18h15 à 19h15 Stretching (Complexe)
19h15 à 20h15 Gym' Entretien (Complexe)

Mardi :

10h00 à 11h00 Pilates (MAB)
11h15 à 12h15 APA (MAB)
17h15 à 18h15 Body Zen (Complexe)
18h15 à 19h15 Pilates (Complexe)
19h15 à 20h15 Step / Lia (Complexe)

Mercredi :

17h00 à 18h00 Gym' Abdo-Fessiers (Complexe)
18h15 à 19h15 Pilates (Complexe)
19h15 à 20h15 Fitball (Complexe)

Jeudi :

17h15 à 18h15 Gym' Douce (Complexe)
18h35 à 19h35 Gym' Dynamic (Complexe)
19h35 à 20h35 Gym' Cardio (Complexe)

Mardi : 13h30 à 15h00 Marche Nordik

Mercredi : 9h30 à 12h00 Marche Nordik confirmés

Jeudi : 14h00 à 15h00 Marche Nordik adaptée

Vendredi : 9h30 à 11h00 marche Nordik

Et sans oublier les randonnées

Ouverture de cours si 15 participants et plus

TARIFS (licence de 27,50 € à rajouter):

 1 créneau en salle 1h00 : LA MURE QF<500 → 75 € (2,20 € / cours) 500<QF<1000 → 90 € (2,64 € / cours) 1000<QF<1500 → 98 € (2,88 € / cours) QF>1500 → 104 € (3,05 € / cours) HORS LA MURE 110 € (3,23 € / cours)	 Gym'Adaptée + Marche Nordik Adaptée : 2 cours semaine → 170 € (2,50 € / cours) Par session : De sept à Déc → 60 € De Janv à Vacs Printemps → 60 € De Vacs Printemps à Juin → 50 €
 2 créneaux en salle → 190 € (2,79 € / cours) 3^{ème} créneau au tarif QF<500 soit 75 €	 Marche Nordik → 105 € (2,94 € / cours)
 Randonnées → 50 € pour la saison	

Le QF ne s'applique pas à partir de 2 cours ni pour la marche nordik

REGLEMENT :

- ✓ Inscriptions des Anciens Adhérents : le lundi 29 août 2022 de 17h00 à 19h00 sous le préau de la Halle aux Sports avec le **certificat médical** mentionnant : « apte à la pratique de la gymnastique volontaire » ou du questionnaire de santé et l'**avis d'imposition** pour les Murois.
- ✓ Nouvelles inscriptions au complexe : lors du **forum des associations** organisé par la Mairie de La Mure le **samedi 3 septembre 2022** de 9h00 à 13h00 avec le **certificat médical** ou le questionnaire de santé au **1^{er} cours** mentionnant : « apte à la pratique de la gymnastique volontaire ».

Ce certificat (ou questionnaire) est obligatoire pour la pratique des différentes activités. Si l'adhérent ne fournit pas ce document, l'association décline toute responsabilité en cas d'accident.

Possibilité de payer l'inscription définitive en 3 fois (les 3 chèques devront être remis au moment de l'inscription).

Encaissement oct/nov/déc.

Cartes Pass'Région acceptée (association partenaire du Conseil Régional)

Aucune inscription définitive ne sera remboursée sauf sur présentation d'un certificat médical de contre-indication ou en cas de déménagement

NOM : _____

PRÉNOM : _____

DATE DE NAISSANCE : _____

ADRESSE : _____

TÉLÉPHONE : _____

ADRESSE MAIL (LISIBLE SVP) : _____

COURS CHOISIS : (cochez la case en face du cours)

Lundi : 17h15 à 18h15 Fitball (Complexe) ☐

18h15 à 19h15 Stretching (Complexe) ☐

19h15 à 20h15 Gym'Entretien (Complexe) ☐

Mardi : 10h00 à 11h00 Pilates (MAB) ☐

11h15 à 12h15 Gym'Adaptée (MAB) ☐

17h15 à 18h15 Body-Zen (Complexe) ☐

18h15 à 19h15 Pilates (Complexe) ☐

19h15 à 20h15 Step / LIA (Complexe) ☐

Mercredi : 17h00 à 18h00 Gym' Abdos-Fessiers (Complexe) ☐

18h15 à 19h15 Pilates (Complexe) ☐

19h15 à 20h15 Fitball (Complexe) ☐

Jeudi : 17h15 à 18h15 Gym' Douce (Complexe) ☐

18h35 à 19h35 Gym'Dynamic (Complexe) ☐

19h35 à 20h35 Gym'Cardio (Complexe) ☐

Mardi : 13h30 à 15h00 Marche NordiK ☐

Mercredi : 09h00 à 11h00 Marche NordiK confirmés ☐

Jeudi : 14h00 à 15h00 Marche NordiK adaptée ☐

Vendredi : 9h30 à 11h00 Marche Nordik ☐

Randonnées (feuille inscription annexe à remplir) ☐

ouverture de cours si 15 participants minimum

Le certificat médical ou le questionnaire est obligatoire pour la pratique des différentes activités. Si je ne fournis pas ce document, « Multi-GV-Tonic » ne pourra en aucune façon, être tenue responsable en cas d'accident.

LE À

SIGNATURE

DONNÉES PERSONNELLES

Je, soussigné(e),

Accepte / **N'autorise pas** (rayez la mention inutile)

Que mes informations personnelles soient utilisées dans le cadre de l'association « Multi-GV-Tonic » à seule fin de communication entre l'association et moi-même.

Fait à :

Le :

Signature : précédée de la mention **manuscrite** « **lu et approuvé** ».

AUTORISATION DE LA PERSONNE PHOTOGRAPHIÉE SUR L'UTILISATION DE SON IMAGE

Je soussigné(e) :

Autorise / **N'autorise pas** (rayez la mention inutile)

La prise de vue et la publication de l'image sur laquelle j'apparais ; ceci, sur différents supports (écrit, électronique, audio-visuel) et sans limitation de durée.

Je reconnais avoir pris connaissance de l'utilisation qui en est faite dans le cadre de la communication de l'Association loi 1901 « Multi-GV-Tonic » pour promouvoir les activités qu'elle propose à ses adhérents. Je reconnais également que les utilisations éventuelles ne peuvent porter atteinte à ma vie privée et, plus généralement, ne sont pas de nature à me nuire ou à me causer un quelconque préjudice. **Si je n'autorise pas ce droit à l'image, je dois le signaler à chaque prise de vues.**

Fait à :

Le :

Signature : précédée de la mention **manuscrite** « **lu et approuvé** ».

