

REPRISE DES COURS : LUNDI 12 SEPTEMBRE 2022

COURS	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROF
Cardio-Muscu-Stretching ✕	Lundi	18H45/19H45	Sacré Cœur	Sébastien
Zumba®Step ✕	Lundi	19H45/20H45	Sacré Cœur	Cinthia
Gym Santé mardi	Mardi	10H15/11H15	Sacré Cœur	Anne
Pilates mardi ✕	Mardi	19H/20H	Sacré Cœur	Betty
Zumba®	Mercredi	19H/20H	Salle des fêtes	Cinthia
Gym Santé jeudi	Jeudi	10H30/11H30	Sacré Cœur	Anne
Gym du dos ✕	Jeudi	18H/19H	Sacré Cœur	Vanessa
Pilates du jeudi ✕	Jeudi	19H/20H	Sacré Cœur	Vanessa
Pilates du vendredi ✕	Vendredi	19H/20H	Salle de jeux École maternelle	Vanessa

- Adhérer à l'association Atout Sport Montricox suppose l'acceptation préalable des statuts et du règlement intérieur consultables sur le site de l'association.
- 2 cours d'essai gratuits sans obligation d'inscription
- Les cours manqués ne sont ni rattrapés ni remboursés
- Pas de cours pendant les vacances scolaires

✕ cours à effectif limité : sur pré-inscription uniquement : nous contacter.

Les formules	Contenu	Cotisation
F 1	1h de cours par semaine *	140€
F 2	2h de cours par semaine*	190€
F 3	3h de cours par semaine*	210€
F 4	4h de cours par semaine*	230€
F 5	5h de cours par semaine*	250€
F 6	Tous les cours	300€

➤ La cotisation comprend la licence et la participation au coût des cours. Possibilité de fournir plusieurs chèques couvrant la totalité de la cotisation au moment de l'inscription, ceux-ci seront retirés sur 2/3/4/5 mois à suivre entre le 10 et le 15.

➤ Inscription en cours d'année : licence + le montant des cours au prorata du nombre de mois.

Le certificat médical n'est pas obligatoire. **Le questionnaire de santé** peut être suffisant à condition que vous répondiez **NON à toutes les questions**;

si tel n'est pas le cas un certificat médical vous sera demandé. (voir questionnaire de santé en annexe)



Afin de nous faciliter la gestion des cotisations nous vous prions de nous **faire 2 chèques : l'un pour la licence (30€) l'autre ou les autres pour le montant de ou des cours choisis**. Exemple : vous avez choisi 1H de cours par semaine, vous pouvez faire un chèque de 30€ et un chèque de 110€ ou bien un chèque de 30€ et 2 chèques de 55€.



Le dernier samedi de chaque mois une marche conviviale a lieu, ouverte à tous les adhérents qui peuvent inviter un ami.
DEPART : SACRÉ CŒUR 14H15.

Présidente : Françoise Deï-Tos 06 26 66 73 14
asso-atoutsportmontricox@orange.fr



Trésorière : Odile Herblon 06 74 68 29 28
atoutsportmontricox@orange.fr



Nom : Prénom :

Adresse :

Date de naissance : Tel fixe :

Tél mobile :

Email :(lisible SVP)

Cocher les cases de la formule et du (des) cours choisi(s)

Pilates mardi: ☐ Pilates jeudi: ☐ Pilates vendredi: ☐ Gym du dos : ☐ Cardio-muscu-stretch: ☐

Zumba®Step : ☐ Zumba® ☐ Gvm santé mardi: ☐ Gym santé jeudi : ☐

F1: ☐ F2: ☐ F3: ☐ F4: ☐ F5: ☐ F6: ☐