PHOTO

**FICHE D’INSCRIPTION – USMM SECTION GYM LOISIRS 2023/2024**

**(Gymnastique Traditionnelle / Pilâtes / Gym douce - Senior)**

**(Tarifs valables du 11 septembre 2023 au début des congés scolaires 2024)**

**Documentation téléchargeable  http///www.usmmalakoff.fr/section-gym-loisirs**

**NOM…………………………………………………………………Prénom…………………………………………**

**Adresse : …………………………………………………………………………………………………………………**

**CP : …………………. Ville…………………………………………. Tél……………………………………**

**Email :…………………………………………………………………………………………………………………….**

**GYMNASTIQUE TRADITIONNELLE (11 heures de cours accessibles en illimité/semaine)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNDI** | **MARDI** | **MERCREDI** | **JEUDI** | **180 €**  **□** |
| **9 h – 10 h**  **(Eric BERLIOZ)**  **Gymnase CERDAN** | **12 h 15 – 13 h 15**  **(Eric BERLIOZ)**  **Gymnase ROUSSEAU** | **18 h – 19 h**  **(Christophe TRICHET)**  **Gymnase CERDAN** | **12 h 15 – 13 h 15**  **(Eric BERLIOZ)**  **Gymnase ROUSSEAU** |
| **18 h – 19 h 15**  **(Didier LALANDE)**  **Gymnase CERDAN** | **19 h – 20 h**  **(Eric BERLIOZ)**  **Gymnase LANGEVIN** |  | **17 h 30 – 18 h 30**  **18 h 30 – 19 h 30**  **(Carmen HERNANDEZ)**  **Gymnase ROUSSEAU** |
| **17 h 45 – 18 h 45**  **18 h 45 – 19 h 45**  **(Eric BERLIOZ)**  **Gymnase ROUSSEAU** |  |  | **19 h – 20 h**  **(Christophe TRICHET)**  **Gymnase LANGEVIN** |

**PILATES (cochez dans le tableau ci-dessous, le ou les 2 cours auxquels vous souhaitez assister)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNDI** | **MARDI** | **MERCREDI** | **VENDREDI** | **1 cours/semaine**  **194 €**  **□**  **2 cours/semaine**  **264 €**  **□** |
| **□ 18 h 45 – 19 h 45**  **□ 19 h 45– 20 h 45**  **□ 20 h 45 – 21 h 45**  **(Claudia WALDMANN))**  **MAISON DE L’ENFANT** | **□ 13h 15 – 14 h 15**  **(Elisabeth MARBOEUF/PAHO)**  **La TRESO**  **□ 17 h – 18 h**  **□ 18 h – 19 h**  **(Catherine BAZAN)**  **Gymnase DUCLOS** | **□ 12 h 15 – 13 h 15**  **□ 13 h 15 – 14 h 15**  **(Elisabeth MARBOEUF/PAHO)**  **La TRESO**  **□ 19 h – 20 h**  **(Christophe TRICHET)**  **Dojo Gymnase CERDAN 1er étage)** | **□ 10 h – 11 h**  **□ 11 h – 12 h**  **□ 12 h 15– 13 h 15**  **(Noël DESCHAMPS)**  **La TRESO** |

**GYM DOUCE (Senior) - 3 heures de cours accessibles en illimité/semaine**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **LUNDI** | **MERCREDI** | **VENDREDI** | **134 €**  **□** |
| **10 h – 11 h**  **Gymnase CERDAN** | **17 h 18 h**  **Gymnase CERDAN** | **10 h – 11 h**  **Gymnase CERDAN** |

**FORFAIT COMBINE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **GYMNASTIQUE TRAD + PILATES**  **(1 heure)**  **255 € □** | **GYMNASTIQUE TRAD + PILATES**  **(2 heures)**  **321 € □** | **GYMNASTIQUE TRAD + GYM DOUCE**  **212 € □** |

**FACTURE : Vous avez accès à votre facture (en cas de besoin) en allant sur le site, puis sur votre adhésion**

**SUITE PAGE 2**

**INSCRIPTIONS**

**LE BUT, A PARTIR DE CETTE ANNEE, ET A LONG TERME, EST DE PRIVILEGIER LES INSCRIPTIONS EN LIGNE.**

* + - * **en ligne (USMM GYM LOISIRS), lien :** [**https://union-sportive-municipale-de-malakoff.assoconnect.com/collect/description/316276-v-adhesions-forfaits-combines-gym-trad-pilates-et-forfait-2h-pilates**](https://union-sportive-municipale-de-malakoff.assoconnect.com/collect/description/316276-v-adhesions-forfaits-combines-gym-trad-pilates-et-forfait-2h-pilates) **OU** [**https://union-sportive-municipale-de-malakoff.assoconnect.com/collect/description/327300-j-adhesion-gym-trad-gym-douce-gym-trad-gym-douce-pilates-1-h**](https://union-sportive-municipale-de-malakoff.assoconnect.com/collect/description/327300-j-adhesion-gym-trad-gym-douce-gym-trad-gym-douce-pilates-1-h)
* **le mardi 5 septembre de 15 h à 18 h à l’USMM et le mercredi 6 septembre 2023 de 18 h à 20 h à l’USMM**

**PIECES A FOURNIR POUR L’INSCRIPTION**

|  |  |
| --- | --- |
| **INSCRIPTION EN LIGNE** | **SUR PLACE LES 5 ET 6 SEPTEMBRE 2023** |
| * **Photocopie du certificat médical valable 3 ans** | * **Photocopie du certificat médical valable 3 ans** |
| * **Paiement en carte bancaire** | * **Fiche d’inscription** |
|  | * **Carte bancaire ou chèque à l’ordre de l’USMM** |
| * **Possibilité de régler en 3 fois** * **Si règlement en ANCV, aller régler à l’accueil de l’USMM et se présenter lors de l’inscription avec la facture ou s’inscrire directement en ligne** | |

**Nous avons le plaisir de vous informer que notre premier cours aura lieu le LUNDI 11 SEPTEMBRE**

**CONTACTS :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Véronique MASSON**  **patvero92240@gmail.com** | **Martine PIGNIER de RAED**  **martine.pignier2@orange.fr** | **Sylvie HUDELOT**  **sylviehudelot@free.fr** |

**REGLEMENT INTERIEUR**

* **Un vestiaire est à votre disposition,**
* **Interdiction d’utiliser vos chaussures venant de l’extérieur**
* **Pour des raisons d’hygiène, prévoir une serviette pour mettre sur les tapis.**
* **Pour une bonne gestion des cours, inscrivez lisiblement vos NOM et Prénom, en début de cours sur le cahier de présence.**
* **Le rangement du matériel incombe à toutes et à tous. Merci d’y participer à tour de rôle et d’en prendre soin.**
* **Un ballon et un élastique pour le Pilâtes (le professeur vous indiquera ce qu’il souhaite lors du 1er cours**