

REGLEMENT à dater et signer OBLIGATOIREMENT

● Les inscriptions sont prises dans l'ordre d'arrivée des dossiers et dans la limite des places disponibles. L'ancienneté ne déroge pas à cette disposition. Les places dans les cours ne sont pas réservées d'une année sur l'autre.

● Le montant payé pour la licence et les cours **ne sera en aucun cas** remboursable. La cotisation aux activités a un caractère annuel et forfaitaire.

● Tout changement de cours doit obtenir l'accord préalable du bureau de l'association. Demande à faire par mail, téléphone ou courrier.

● **Le certificat médical de non contre indication à la pratique sportive n'est plus obligatoire.** Il est remplacé par un questionnaire de santé. Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié

Si vous jugez que votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous examine et vous délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club. **Le certificat médical doit dater de moins de 6 mois**

● Pour les cours en salle **il est vivement conseillé d'apporter son propre tapis. Le tapis personnel est indispensable pour les cours au gymnase Jules Vallès**

Date :

Signature de l'adhérent

Mis à jour le
4 janvier 2024



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE FONTAINE

17 bis rue de la Liberté - 38600 FONTAINE

☎ 04 76 53 50 20

Mail : gvfontaine38@orange.fr

Site internet : www.gvfontaine38.fr

Permanences : les jeudis de 14h30 à 16h30 jusqu'aux vacances de Toussaint..
Ensuite prendre rendez-vous par messagerie ou téléphone.

BULLETIN D'INSCRIPTION JANVIER 2024

À remettre **recto/verso** avec votre règlement.

DATE ET SIGNATURE OBLIGATOIRES à l'emplacement prévu

La carte M'ra (joindre la photocopie de la carte) et le « coupon sports » sont acceptés.

Pour les CE et autres nous établissons des factures sur demande.

gymn tonique - stretching - cardio fitness
gymnastique équilibre et mémoire - gym douce - FlowZen
marche active - natation -
yoga - pilates - qi gong - tai chi chuan
randonnée pédestre

Cochez la case ou surligner le cours choisi

COURS DOUX

GYM EQUILIBRE ET MEMOIRE

LUNDI
Emile Bert
 GD1 10h30-11h15

GYM DOUCE

LUNDI
Pierre Fugain
 GD3 14h00-15h00

MARDI
Emile Bert
 GD2 10h-11h

JEUDI
Pierre Fugain
 GD4 14h30-15h30

FLOW ZEN

JEUDI
Dojo La Rizza
 GD5 10h-11h

VENDEDI
Emile Bert
 GD6 10h-11h

Les cours de gymnastique aquatique sont supprimés

GYMNASTIQUE TONIQUE - durée 1 h

LIEU	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Gymnase J. Vallès Tapis perso obligatoire	G14 - 18h-30-19h30	G13 - 18h-19h Cardio Fitness	G19 - 18h55-19h55	
Dojo La Rizza (K.Marx)			G16 - 9h00-10h00	
Salle Emile Bert	G10 - 8h45-9h45			G20 - 09h00-10h00
Salle Anatole France- MARDI	G12-18h15-19h15 gym 30 € G12 bis - 18h15-19h15 gym + 1/2 h. stretching 30€ + 60 € =90€			

STRETCHING

MARDI	JEUDI
Gymnase Jules Vallès <input type="checkbox"/> ST1 19h 30- 20h30	Dojo La Rizza <input type="checkbox"/> ST2 14h-15h

Le dojo Karl Marx est rebaptisé Dojo Marie et Salvador La Rizza

PILATES

LUNDI
Emile Bert
 PL1 11h30-12h30

LUNDI
Emile Bert
 PL2 12h35-13h35

MERCREDI
Gymnase J. Vallès
 PL4 19h00 -20h

JEUDI
Dojo La Rizza
 PL3 12h45-13h45

JEUDI
Gymnase J. Vallès
 PL5 17h55 -18h55

QI GONG

MARDI
Pierre Fugain
 QG1 09h-10h15

QG2 10h30-11h45

VENDEDI
Dojo La Rizza
 QG3 10h30-11h45

TAI CHI

VENDEDI
Dojo La Rizza
 TC1 9h-10h15
Confirmés

LUNDI
Gymnase J. Vallès
 TC2 18h30-19h45
Débutants

YOGA

MARDI
Dojo La Rizza
 YO1 8h30-9h45

YO2 9h45-11h
 YO3 11h -12h15
 YO4 12h15 -13h30

MERCREDI
Château parc Karl Marx

YO5 17h15-18h30
 YO6 18h45-20h

NATATION ET APPRENTISSAGE NATATION

SAMEDI
 NA1 8H30-9H30
 NA2 9h30-10h30

MARCHE ACTIVE

Parcs Fontaine, Seyssins, Seyssinet Sassenage
MERCREDI
 MA1 11h-12h

NOUVEAU/NOUVELLE LICENCE L'ANNEE PRECEDENTE
Questionnaire de santé OU Certificat du médecin non contre indication à la pratique sportive
Le questionnaire ou le certificat doit obligatoirement être joint au dossier.

M. Mme - NOM DE FAMILLE usuel
NOM DE NAISSANCE (obligatoire): PRENOM :
DATE DE NAISSANCE
ADRESSE
CODE POSTAL VILLE
TEL FIXE : TEL PORTABLE
ADRESSE MAIL (écrire lisiblement)

Licencié GV DOMICILIE A FONTAINE Licence fédérale EPGV : 27,70 € + cotisation de fonctionnement club : 13,30 €	41 €
Licencié GV DOMICILIE HORS DE FONTAINE Licence fédérale EPGV : 27,70 € + cotisation de fonctionnement club 18,30 €	46 €
Licencié - de 18 ans au 1/9/2022 licence EPGV 22,70 € + cotis. 13,30 €	36 €
Licencié autre club GV : cotisation de fonctionnement club	15 €

COTISATION ACTIVITES	
1 COURS /semaine GYM TONIQUE, GYM EQUILIBRE, GYM DOUCE, FLOWZEN	60 €
2 COURS /semaine GYM TONIQUE, GYM EQUILIBRE, GYM DOUCE, FLOWZEN	100 €
COURS DE GYM + 1/2h STRETCHING (G12 bis)	90 €
MARCHE ACTIVE / STRETCHING	60 €
APPRENTISSAGE NATATION / NATATION	75 €
YOGA	88 €
PILATES	94 €
QI GONG / TAI CHI (durée 1h15)	100 €

RANDOS - inscription et règlement aux permanences de septembre
 CHEQUE ESPECES
TOTAL A REGLER

1 chèque licence + chèques activités (montant de votre choix à répartir sur 5 chèques maximum encaissés chaque mois)

INFORMATIQUE

N°