



# MULTI-GV-TONIC

CONTACT: [multigvtonic38350@gmail.com](mailto:multigvtonic38350@gmail.com)



## BULLETIN D'INSCRIPTION

Année 2020-2021

Début des cours le **07/09/2020**

Fin des cours le **26/06/2021**

### HORAIRE DES COURS :

#### Lundi :

17H15 à 18H15 Fittball (Complexe)  
18h20 à 19h05 Body Zen (Complexe)  
19H10 à 20H10 Gym' Entretien (Complexe)  
20h15 à 21h15 Gym'Tonic (Complexe)

#### Mardi :

8H30 à 10H00 Gym' Entretien (MAB)  
10H00 à 11H00 Pilates 2<sup>ème</sup> année (MAB)  
11h00 à 12h00 Pilates débutant (MAB)  
12h15 à 13h15 APA Gym'Cancer (MAB)  
17h15 à 18h15 Pilates 2<sup>ème</sup> année (Complexe)  
18h20 à 19h20 Pilates débutant (Complexe)  
19h25 à 20h25 Step / Lia (Complexe)

#### Mercredi :

17h15 à 18h15 Pilates 2<sup>ème</sup> année (Complexe)  
18h15 à 19h15 Gym' Abdo-Fessiers (Complexe)  
19H15 à 20H15 Fitball (Complexe)

#### Jeudi :

17h15 à 18h15 Gym' Douce (Complexe)  
18H15 à 19H45 Gym' Dynamic (Complexe)  
19h55 à 20h55 Cross-Training (Complexe)

**Mardi : 13h30 à 15h00 Marche Nordik**

**Mercredi : 9h30 à 12h00 Marche Nordik confirmés**

**Jeudi : 10h30 à 11h30 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 27,00 € 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)

✚ 1 créneau en salle 1h30 :

LA MURE

QF<500 → 86 € (2,53 € / cours) 500<QF<1000 → 100 € (2,94 € / cours)

1000<QF<1500 → 111 € (3,26 € / cours) QF>1500 → 120 € (3,53 € / cours)

HORS LA MURE

126 € (3,70 € / cours)

✚ 2 créneaux en salle → 190 € (2,79 € / cours)

3<sup>ème</sup> créneau au tarif QF<500 soit 75 €

✚ Marche Nordik → 105 € (2,94 € / cours)

✚ Randonnées → 6 € par sortie ou 50 € pour 10 sorties

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

### REGLEMENT :

- ✓ Préinscription : mi-mai avec 27,00 € correspondant à la licence (**cet acompte ne sera pas remboursable**)
- ✓ Inscription : validation des préinscriptions le **mercredi 2 septembre 2020 de 17 H 30 à 19H00 à la MAB** 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. Une personne pourra valider la préinscription de plusieurs autres dans la mesure où celle-ci sera accompagnée du chèque de règlement.
- ✓ Nouvelles inscriptions au complexe : lors du **forum des associations** organisé par la Mairie de La Mure le **samedi 5 septembre 2018 de 10H00 à 17H00** avec le **certificat médical** ou le questionnaire de santé **au 1<sup>er</sup> 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. Carte Pass'Régiion acceptée (association partenaire du Conseil Général)

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 Fittball (Complexe)   
18h20 à 19h05 Body Zen (Complexe)   
19h10 à 20h10 Gym'Entretien (Complexe)   
20h15 à 21h15 Gym'Tonic (Complexe)   
**Mardi :** 08h30 à 10h00 Gym' Entretien (MAB)   
10h00 à 11h00 Pilates 2<sup>ème</sup> année (MAB)   
11h00 à 12h00 Pilates débutant (MAB)   
12h15 à 13h15 Gym' Cancer (MAB)   
17h15 à 18h15 Pilates 2<sup>ème</sup> année (Complexe)   
18h20 à 19h20 Pilates débutant (Complexe)   
19h25 à 20h25 Step / LIA (Complexe)   
**Mercredi :** 17h15 à 18h15 Pilates 2<sup>ème</sup> année (Complexe)   
18h15 à 19h15 Gym' Abdos-Fessiers (Complexe)   
19h15 à 20h15 Fitball (Complexe)   
**Jeudi :** 17h15 à 18h15 Gym' Douce (Complexe)   
18h15 à 19h45 Gym'Dynamic (Complexe)   
19h55 à 20h55 Cross-Training (Complexe)   
**Mardi :** 13h15 à 15h00 Marche NordiK   
**Mercredi :** 09h30 à 12h00 Marche NordiK confirmés   
**Jeudi :** 10h30 à 11h30 Marche NordiK adaptée   
**Vendredi :** 9h30 à 11h00 Marche Nordik

Randonnées



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'accepte 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 PHOTOGRAPHIEE 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.

Fait à : .....

Le : .....

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