

Nom Prénom

Adresse Date naissance

Email Tél. fixe Mobile

**Merci de joindre une photo ou de nous envoyer une photo numérique par e-mail : gym.persjussy74@gmail.com
Cela nous permettra d'établir le trombinoscope pour le professeur.**

- J'adhère à l'objet de l'association et demande à m'inscrire/ré-inscrire en tant que membre actif et je certifie ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique de la (des) gymnastique(s) choisie(s) et de l'avoir vérifié en répondant «non» aux neuf questions du questionnaire de Santé «QS-Sport», lien disponible sur le site.
- Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur et je m'engage à le respecter.
- Droit à l'image
Je n'autorise pas la diffusion de photos dans le cadre de l'association.

Lu et approuvé, date et signature :

Cochez le/s cours, les documents fournis, la cotisation et le/s paiement/s choisi/s
Tout ce qui est en rouge est à remplir, merci

- Lundi 18h15 – 19h15** (cours n°1)
Gym Forme : renforcement musculaire, énergie, forme, tonicité
- Lundi 19h30 – 20h30** (cours n°2)
Circuit Training : alternance de renforcement musculaire et exercices cardio (Tabatta, Hit Street)
- Mardi 19h00 – 20h00** (cours n°3)
Yogalates+ : basé yoga, Pilates et stretching
- Mercredi 8h30 – 9h30** (cours n°4)
Yogalates : basé yoga, Pilates et stretching, douceur et profondeur
- Mercredi 9h30 – 10h30** (cours n°5)
Fit Ball, ballon suisse : souplesse corporelle, renforcement (max 15 pers.)
- Jedi 18h30 – 19h30** (cours n°6)
BodyArt : postures, respiration, concentration, énergies Yang & Yin
- Jedi 19h30 – 20h30** (cours n°7)
Cardio combat : aérobique, endurance, agilité, dynamique et fun

- Adhésion individuelle 30 €
- Adhésion famille* 45 €
- +
- 1 cours par semaine 140 €
- Cours Fit Ball 160 €
- À partir du 2^{ème} cours et + 125 € x

TOTAL

**1 adulte accompagné de son conjoint(e) ou ado à partir de 15 ans (année civile)*

À remplir par le comité

Reçu en paiement :

- Adhésion €
- Paiement en 1 fois (sept.) €
- Paiement en 2 fois (sept. et janv.) €

Documents fournis

- Photo numérique ou papier
- Certificat médical (valable trois ans)

Si vous souhaitez recevoir une attestation de paiement, merci de nous en faire la demande

Merci de bien remplir les lignes rouges et de cocher les cases rouges choisies au verso, (partie adhésion). Joindre le/s chèque/s et si nécessaire le certificat médical (valable 3 ans) et déposez-les dans la boîte aux lettres de l'Association (arrière Mairie, sous le préau) ou envoyez-les à l'adresse postale. Merci !

L'Assemblée Générale aura lieu le lundi 05/09/2022 à 20h30 à la Salle Communale.

ASSOCIATION GYM PERS-JUSSY

1815, route de Reignier, 74930 Pers-Jussy

Site Internet : www.gympersjussy.fr - Email : gym.persjussy74@gmail.com