

Nom ..... Prénom ..... Date de naissance .....

Adresse .....

Email ..... Téléphone portable .....

**Vous pouvez coller une photo sur ce document ou nous en envoyer une par e-mail [gym.persjussy74@gmail.com](mailto:gym.persjussy74@gmail.com)**

- ☐ J'adhère au règlement de l'association et demande à m'inscrire/réinscrire. Je certifie ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique du/des cours de sport choisi(s) et de l'avoir vérifié en répondant « NON » aux 9 questions du questionnaire de Santé « QS-Sport », lien sur le site.
- ☐ Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur et je m'engage à le respecter.
- ☐ Droit à l'image. J'autorise la diffusion de photos dans le cadre de l'association.

*Lu et approuvé, date et signature :*

**Cochez les cases selon le/les cours que vous souhaitez faire**

**Calcul coût total : Adhésion + le nombre de cours**

- ☐ **Lundi 18h00 – 19h15** (cours n°1) : **Gym Santé >>> 180 €**  
 Coordination, équilibre, renforcement, relaxation (Max 15 pers)
- ☐ **Lundi 19h30 – 20h30** (cours n°2) : **Circuit Training >>> 140€**  
 Ateliers en circuit, renforcement musculaire et cardio (Hiit/Tabata)
- ☐ **Mardi 18h15 – 19h15** (cours n°3) : **Body Forme >>> 140€**  
 Renforcement musculaire, énergie, forme, tonicité
- ☐ **Mardi 19h30 – 20h30** (cours n°4) : **Yogalates + >>> 140€**  
 Basé yoga, pilates et stretching
- ☐ **Mercredi 8h30 – 9h30** (cours n°5) : **Yogalates >>> 140€**  
 Basé sur le yoga, pilates et stretching mais plus doux
- ☐ **Mercredi 9h40 – 10h40** (cours n°6) : **Fit Ball Ballon Suisse >>> 140€**  
 Travail posturale, renforcement, alignement, souplesse (Max 15 pers)
- ☐ **Jeudi 18h30 – 19h30** (cours n°7) : **Mouv'art >>> 140€**  
 Postures, respiration, concentration, énergies Yang & Yin
- ☐ **Jeudi 19h40 – 20h40** (cours n°8) : **Cardio Combat >>> 140€**  
 Haute intensité, inspiré des arts martiaux et/ou de la boxe sans contact

- Ou** { ☐ Adhésion Individuelle **30€** .....
- ☐ Adhésion Famille **45€** .....  
 (1 Adulte parent accompagné d'un enfant mineur  
 (moins de 15 ans – année civile)
- +** { ☐ Nombre cours ..... x **140€** = .....
- ☐ Cours **SANTE** **180€** .....
- ☐ Réduction ..... x **-15€** = .....  
**-15€ par cours à partir du 2ème cours pour la même personne**

**TOTAL**

**Paiement par chèque(s) à l'ordre de Gym Pers-jussy**

**Attestation de paiement :** Merci de nous en faire la demande par email [gym.persjussy74@gmail.com](mailto:gym.persjussy74@gmail.com)

**Joindre le/s chèque/s + la photo + si nécessaire le certificat médical. Déposer votre dossier dans la boîte aux lettres de l'Association ou envoyez-le à l'adresse postale ci-dessous. Attention, le paiement se fait dès l'inscription pour réserver votre place ! Merci**

**À remplir par le Comité de l'Association**

**Reçu en paiement :**

- ☐ Paiement en 1 fois (septembre) .....€
- ☐ Paiement en 2 fois
- 1<sup>er</sup> paiement (septembre) .....€
- 2<sup>ème</sup> paiement (Janvier) .....€
- Dont adhésion comprise dans le 1<sup>er</sup> paiement .....€

**Documents fournis :**

- ☐ Photo numérique ou papier
- ☐ Certificat médical  
 (si réponse positive au questionnaire médical  
 sur notre site internet)

**L'Assemblée Générale aura lieu le jeudi 03/09/2026 à 20h00 à la Salle Communale**

**ASSOCIATION GYM PERS-JUSSY**

1815, route de Reignier, 74930 Pers-Jussy

Site Internet : [www.gympersjussy.fr](http://www.gympersjussy.fr) - Email : [gym.persjussy74@gmail.com](mailto:gym.persjussy74@gmail.com)