



2026-2027

ADHÉRENT	NOM	PRÉNOM	Date de Naissance	Date certificat / décharge	
1 ^{er} Membre					A
2 ^{ème} Membre					B
3 ^{ème} Membre					C
4 ^{ème} Membre					D
5 ^{ème} Membre					E

Coordonnées obligatoires (adresse-téléphone-mail) en **MAJUSCULES**

Rue : _____

CP : _____ Ville : _____

☎ _____ Mobile : _____

Mail : _____

Les cours de gym du soir se déroulent à la halle des sports (salle des agrès, 1er étage), ceux du jeudi matin et de danses à la maison des sports et des associations, ceux de tir à l'arc à la halle des sports

REMISE EN FORME 15 ans et +		Cocher la case (A, B, C, D, E) correspondant à votre choix d'activité et à vos nom et prénom				A	B	C	D	E	
LUNDI	18h00 - 18h50	BODY SCULPT (25 personnes)									
LUNDI	19h00 - 19h50	PILATES (28 personnes) 									
MARDI	19h00 - 19h50	T.B.C. (Total Body Conditioning) (25 personnes)									
JEUDI	08h45 - 09h35	PILATES (28 personnes) 									
JEUDI	09h45 - 10h35	RENFORCEMENT MUSCULAIRE (25 personnes)									
JEUDI	18h00 - 18h50	POSTURAL BALL® (16 personnes)  									
JEUDI	19h00 - 19h50	BODY SCULPT (25 personnes)									
VENDREDI	19h15 - 20h05	BODYART® (25 personnes) 									
VENDREDI	20h15 - 21h05	RENFORCEMENT MUSCULAIRE (25 personnes)									
TARIF ANNUEL GYM	1 cours par semaine				112 €						
		1 cours par semaine									127 €
		1 cours par semaine									137 €
		ballon obligatoire pour ce cours				A voir avec Claude					

TIR A L'ARC 10 ans et +		Cocher la case (A, B, C, D, E) correspondant à votre choix d'activité et à vos nom et prénom	A	B	C	D	E
LUNDI	20h30 - 22h00	ADULTES CONFIRMÉS Ados/adultes					
MERCREDI	19h00 - 20h00	JEUNES DÉBUTANTS Enfants 10 à 15 ans					
MERCREDI	20h00 - 21h00	JEUNES CONFIRMÉS Enfants 10 à 15 ans					
MERCREDI	20h30 - 22h00	ADULTES DÉBUTANTS Ados/adultes					
TARIF ANNUEL TIR A L'ARC	1 cours par semaine (forfait: licence et compétitions départementales comprises)					132 €	

DANSES 5 ans et +		Cocher la case (A, B, C, D, E) correspondant à votre choix d'activité et à vos nom et prénom		A	B	C	D	E	
MARDI	09h00 - 09h50	COUNTRY GOLD (20 pers.) 15 ans et +		cours/semaine					
MARDI	09h55 - 10h45	ZUMBA® GOLD TONING (20 pers.) 15 ans et +	★	cours/semaine					
MARDI	10h55 - 11h45	ZUMBA® GOLD SUR CHAISE (20 pers.) 15 ans et +	★	cours/semaine					
MARDI	20h00 - 20h50	ZUMBA® FITNESS & spécialités à découvrir (26 pers.) 16 ans et +	★	cours/semaine					
MARDI	21h00 - 21h50	COUNTRY DANCE - NOVICE et INTERMÉDIAIRE (20 pers.) 15 ans et +		cours/semaine					
MERCREDI	10h45 - 11h45	ZUMBDANCE (15 pers.) 5-6 ans		cours/semaine					
MERCREDI	13h30 - 15h00	ZUMBDANCE + INITIATION MODERN'JAZZ 1 (15 pers.) 7-8 ans		cours/semaine					
MERCREDI	15h00 - 16h30	ZUMBDANCE + ROCK SAUTÉ DÉBUTANT + MODERN'JAZZ 2 (15 pers.) 9-12 ans		cours/semaine					
MERCREDI	16h45 - 18h45	ATELIER CHORÉGRAPHIQUE - ROCK SAUTÉ - ZUMBA® NIVEAU AVANCÉ, ADOS / ADULTES (20 pers.)	★	cours/semaine					
MERCREDI	19h00 - 19h50	ZUMBA® SPECIALITES (TONING, SENTAO, Fitness) et STRONG Nation™ (20 pers.) 16 ans et +	★	cours/semaine					
MERCREDI	20h40 - 21h35	ROCK PIÉTINÉ DÉBUTANT (26 pers.) 15 ans et +		cours/semaine					
VENDREDI	17h00 - 17h50	ZUMBA® GOLD (20 pers.) 15 ans et +	★	cours/semaine					
VENDREDI	18h30 - 19h20	STRONG™ renfo/gainage & CIRCL Mobility™ souplesse/récupération (14 pers.) DÉBUTANT 15 ans et +	★	cours/semaine					
VENDREDI	19h30 - 20h30	ROCK + COUNTRY NON DÉBUTANT (alternance) (20 pers.) 15 ans et +		15 cours					
VENDREDI	19h30 - 20h30	SALON + CHA CHA CHA + COUNTRY NON DÉBUTANT (alternance) (20 pers.) 15 ans et +		15 cours					
VENDREDI	19h30 - 20h30	ROCK + SALON + CHA CHA CHA + COUNTRY NON DÉBUTANT (20 pers.) 15 ans et +		cours/semaine					
VENDREDI	20h40 - 21h30	ZUMBA® GOLD (20 pers.) 15 ans et +	★	cours/semaine					
TARIF ANNUEL DANSES	15 cours			1 cours par semaine et par personne	116 €				
	★ Forfait par personne	67 €	2 cours par semaine et par personne	201 €					
		30 €	3 cours par semaine et par personne	263 €					
			cours mercredi 10h45	120 €					
			cours mercredi 13h30 ou 15h00	180 €					

PARTIE RÉSERVÉE AU BUREAU - NE PAS REMPLIR								J'atteste sur l'honneur avoir pris connaissance du règlement de l'association		
GYM		Cours/semaine	€		Chèque N°	Banque	Montant	Date:	Signature précédée de la mention "Lu et approuvé"	
DANSES		15 cours	€							
		Cours/semaine	€							
		Forfait/pers.	€							
	TOTAL DANSES				(E) CHEQUE VACANCES - COUPON SPORT ANCV (monnaie non rendue)					
				CARTE JEUNES 01						
				PASS'REGION JEUNES						
TIR A L'ARC		Cours/semaine	€	PASS'SPORT						
TOTAL COTISATION			€	ESPECE				CAUTION	Chèque N°	

Droit à l'image : merci de noter votre choix (oui ou non) pour chaque adhérent

Adhérent 1 : _____ **Date :** _____ **Signature :** _____

Adhérent 2 : _____

Adhérent 3 : _____

Adhérent 4 : _____

Adhérent 5 : _____

Enveloppes affranchies:	
Photo Tir à l'arc:	
Attestation CE :	