

# FICHE ANNUELLE D'INSCRIPTION AUX ACTIVITES HEBDOMADAIRES

## SAISON 2022-2023

### ADHERENT :

- ✓ Nom : ..... Prénom : .....
- ✓ Date de naissance : ..... Age.....
- ✓ Adresse : .....
- ✓ Code Postal : ..... Ville.....
- ✓ Tel. portable. : .....
- Mail:.....

- Personne à prévenir en cas d'incident (obligatoire) :

- Nom : ..... Tel : .....

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Règlement par CB sur le site    | <input type="checkbox"/> Chèques |
| <input type="checkbox"/> Mensualisation (fournir un RIB) | - 1 <sup>er</sup> chèque .....   |
| <input type="checkbox"/> Coupons sport (ANCV)            | - 2 <sup>ème</sup> chèque .....  |
| <input type="checkbox"/> Chèques vacances (ANCV)         | - 3 <sup>ème</sup> chèque .....  |
| <input type="checkbox"/> Espèces                         | - soit un total de .....         |

Le règlement s'effectue soit au comptant, soit en **3 chèques d'un tiers du montant remis lors de l'inscription à l'ordre de SFP**. Ils seront encaissés début octobre, début novembre et Décembre. Le montant comprend l'adhésion annuelle de €.

**L'inscription au club est valable 1 an et non remboursable sauf sur présentation d'un certificat médical. Tout trimestre commencé est un trimestre dû.**

Le tarif enfant est appliqué jusqu'à 16 ans.

50% de réduction pour les autres membres d'une même famille (même adresse).

### DOSSIER D'INSCRIPTION A RENDRE UNIQUEMENT SI COMPLET (cochez les cases)

- 1 fiche d'inscription par personne
- 1 certificat médical récent (moins de 3 mois) ou Questionnaire santé « QS – SPORT » cerfa 15699-01
- Le règlement



## MODALITES D'INSCRIPTION :

**Formule à laquelle vous souhaitez souscrire ainsi que son montant (1h, 1h30, 2h, 3h, illimité)**

Type de formule	1h00/semaine	1h30 / semaine	2h00/ semaine	3h00 / semaine	Illimité
Montant	€	€	€	€	€

**Veillez cocher les cours choisis :**

<b>BIEN-ETRE</b>			
Activités	Jour	Heure	choix
Zen attitude	Mardi	18h15 – 19h15	
	Mercredi	09h30 – 10h30	
Yoga	Mercredi	19h30 – 21h00	
	Samedi	11h00 – 12h30	
Sophro-relaxation	Jeudi	20h30 – 21h30	
Pilates débutant	Lundi – Mercredi	18h30 – 19h30	
Gym douce	Lundi	09h30 – 10h30	

<b>REMISE EN FORME / FITNESS</b>			
Activités	Jour	Heure	choix
Pilates intermédiaire	Mercredi	19h30 – 20h30	
Attitude forme	Mercredi	18h30-19h30	
Abdo – fessiers	Lundi	18h15 –19h45	
	Vendredi	18h00 – 19h30	
Body sculpt	Jeudi	18h30 – 20h00	
Renfo – Musculaire	Mardi	19h30 – 20h30	
	Mercredi	18h15 - 19h45	
	Samedi	10h00 – 11h00	
Gym tonic	Mardi -Jeudi -vendredi	9h00 – 10h00	
Marche nordique	Mardi – jeudi	9h30 – 10h30	
	samedi	10h00 – 11h30	
Coaching personnalisé	Mardi	18h45 – 19h30	
	Jeudi	18h30 -19h15	
	Jeudi	19h15 – 20h00	
	Jeudi	20h00 – 20h45	
	Samedi	11h00 – 11h45	
	Samedi	11h45 – 12h30	

<b>HAUTE INTENSITE / DANSE</b>			
Activités	Jour	Heure	choix
Cross boxing	Lundi	19h30 – 20h30	
Budo-Training	Lundi	20h30 – 21h30	
Xtrem workout	Mercredi	20h30 – 21h30	
Zumba	Mardi	19h15 – 20h15	
Cross boxing/Body-sculpt	Vendredi	18h30 – 20h00	

Parrainage de :

Parrainé-e par :



**Lu et approuvé + date + signature**