

Site: www.famillesrurales.org/cherre

Année : 2018 - 2019

(du lundi au vendredi)

(Partie à remplir en majuscules)

Responsable FITNESS Mme PELTIER Nicole

Tél : 07.62.65.59.30

Nom :

Mr LOISON Joël

Prénom:

Tél: 02.43.93.88.56

Mme BOULAY Isabelle

Adresse :

Tél: 02.43.71.31.77

Téléphone: Adresse mail

Matériel à apporter : un tapis de gym, une serviette et une bouteille d'eau

"à cocher"

JOUR	HORAIRE	PROGRAMME	Sélection	AVEC
LUNDI	20H00 - 21H00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		Didier
MARDI	09h30 - 10h30	QI GONG		Didier
	10H30 - 11H30	GYM POSTURAL		Didier
	19H15 - 20H15	RENFORCEMENT POSTURAL		Didier
MERCREDI	18H00 - 19H00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		Didier
	19H00 - 20H00	CARDIO PLUS- STRETCHING		Didier
	20H00 - 21H00	QI GONG		Didier
JEUDI	09h30 - 10h30	GYM DOUCE NOUVEAU		Didier
	10H30 - 11H30	QI GONG		Didier
	18H45 - 19H45	FITNESS - RENFORCEMENT MUSCULAIRE - (ZOUMBA)		Sandrine
	19H45 - 20H45	FITNESS - RENFORCEMENT MUSCULAIRE - (ZOUMBA)		Sandrine
FORFAIT:	ACCES A TOUS LES COURS			

Voulez vous une attestation ? OUI - NON

Pratique du FITNESS sur présentation d'un certificat médical.

Aucun remboursement ne sera effectué sans justificatif (Certificat médical).

1 enveloppe timbrée avec votre adresse:

Certificat médical obligatoire:

Cotisations :

Carte Adhésion Familles rurales : * 16,70 € Espèces:

Chèque:

Banque :

* Paiement séparé

Emetteur :

Paiement par chèque à l'ordre de "Familles Rurales."

Nombre de cours :

Cotisation :

	1	2	3	Forfait	1	2 + 1	2 cours
*	74 €	139 €	195 €	221 €	139 €	195 €	221 €
					Couple	Couple	Couple

Espèces:

Chèque:

Banque :

"Possibilité de paiement en 1 ou 2 ou 3 fois"

Emetteur :

Inscription le 27/08 de 18H00 à 19H00 et le 29/08 de 17h30 à 19h30 à la salle Beauregard. (salle des fêtes)

REPRISE DES COURS : LUNDI 3 SEPTEMBRE 2018 AVEC DIDIER

REPRISE DES COURS : JEUDI 6 SEPTEMBRE 2018 AVEC SANDRINE