

Année : 2017 - 2018

(Partie à remplir en majuscules)

Responsable FITNESS Mme BOULAY Isabelle

Nom :

Tél: 02.43.71.31.77

(du lundi au vendredi)

Prénom :

Mr LOISON Joël

Tél: 02.43.93.88.56

Adresse :

Téléphone: Adresse mail

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

JOUR	HORAIRE	PROGRAMME	"à cocher"	
			Sélection	AVEC
LUNDI	20H00 - 21H00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		Didier
MARDI	09h30 - 10h30	QI GONG		Didier
	10H30 - 11H30	GYM POSTURAL		Didier
	19H15 - 20H15	RENFORCEMENT POSTURAL		Didier
	20H15 - 21H15	MIX STEP (Step + Renforcement musculaire + stretching)		Didier
MERCREDI	18H00 - 19H00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		Didier
	19H00 - 20H00	CARDIO PLUS- STRETCHING "NOUVEAU"		Didier
	20H00 - 21H00	QI GONG		Didier
JEUDI	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 : * 25.00 € 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
* Cotisation :	72 €	135 €	190 €	216 €	135 €	190 €	216 €
					Couple	Couple	Couple

Espèces:

Chèque:

Banque :

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

Emetteur :

Inscription le 28/08 de 18H00 à 20H00 et le 30/08 de 17h30 à 19h30 à la salle Beaugard. (salle des fêtes)

REPRISE DES COURS :LUNDI 4 SEPTEMBRE 2017 AVEC DIDIER

REPRISE DES COURS : JEUDI 7 SEPTEMBRE 2017 AVEC SANDRINE