

**BULLETIN D'ADHESION
GYM VOLONTAIRE YOGA
SAISON 2023-2024**

		gymvolontaireyoga@gmail.com					
Nom & prénom		Enregistrement N°		/ 2023-24			
Adresse		Né(e) le					
CP -Ville		Questionnaire de santé (*)					
Tél mobile / Fixe							
Adresse e-mail		1 photo					
Votre règlement par chèque à l'ordre de l'ASE GV		CHQ / CE = CS / CV =					
Les coupons sport, les chèques vacances et la participation des comités d'entreprise sont acceptés							
Sauf exception Les séances ont lieu au Gymnase PIAT / Maison de quartier Evry-Village / Gymnase F. MAURIAC / Piscines J, TARIS - AGORA voir Planning GYM VOLONTAIRE-YOGA							
Jours et Horaires des séances choisies à cocher "X"							
LUNDI	MATIN	G entretien	G forme	Renfort Musculaire			
		9H30-10H30 ☐	10H30-11H30 ☐				
	SOIR	Pilates (1)	G tonique				
		19H00 - 20H00 ☐	18H30-19H30 ☐			19H30-20H30 ☐	
MARDI	MATIN	G douce	G douce				
		10H00-11H00 ☐	11H00-12H00 ☐				
	APM	Danse en ligne ☐ Débutants 14H00-14H45	Danse en ligne ☐ Confirmés 14H45-15H30				
MERCREDI	MATIN	Pilates (2)	Stretching	Pilates (3)			
		9H00-10H00 ☐	10H00-11H00 ☐	11H00-12H00 ☐			
	SOIR	Zumba	stretching				
		19H30-20H30 ☐	20H30-21H30 ☐				
JEUDI	MATIN	G forme	Stretching				
		9H00-10H00 ☐	10H00-11H00 ☐				
	SOIR	YOGA 18H45 - 20H00 ☐					
		G dynamique	Renfort Musculaire				
VENDREDI	MATIN	Renfort Musculaire	G douce				
		10H00-10H45 ☐	10H45-11H30 ☐				
	SOIR	Aquagym (1) 18H00-18H45 ☐					
SAMEDI	MATIN	G dynamique	Stretching				
		09H30-10H15 ☐	10H15-11H00 ☐				
		Aquagym (2) 08H30-9H15 ☐				Aquagym (3) 09H15-10H00 ☐	
		Initiation à la nage 11H00 - 12H00 ☐	ANNEE COMPLETE ☐			☐ 1 ^{ER} SEMESTRE	☐ 2 ND SEMESTRE
		Marche Nordique 11h00 - 12h30 ☐					
nbre séances GV prévues à l'inscription =							
OPTIONS GV	MARCHE NORDIQUE		40 €				
	PILATES (séances numéros 1 ou 2 ou 3)		50 €				
	AQUAGYM (séance numéros 1 ou 2 ou 3)		40 €				
	INITIATION A LA NAGE		170 € (Cours 36 semaines)				
			120 € (Cours 18 semaines)				
RECAPITULATION							
Protocole sanitaire à respecter			Apporter son tapis et petit matériel				
YOGA (licence incluse)			185 € +	Options ?	€		
GYMNASTIQUE VOLONTAIRE (licence incluse)			185 € +	Options ?	€		
GYM + YOGA			235 € +	Options ?	€		
MONTANT de l'inscription					€		
ENREGISTREMENT	Fichier Carte	CS-CV CE-CHQ			Visas Trésorier		
NB*	Le questionnaire de santé complété doit être conservé par le licencié seule l'attestation doit être transmise au club.						