

Body Sculpt



Le Body Sculpt est une méthode de fitness qui repose sur le renforcement musculaire. Ce cours intègre des accessoires comme des élastiques, des haltères, des bâtons pour optimiser l'effort et l'intensité du mouvement. Le Body Sculpt est un cours complet qui fait travailler toutes les parties de votre corps (cuisses, abdos, taille, fessiers, pectoraux, dos, bras).

Ce cours est pour tous et pas exclusivement féminin !

Un certificat médical autorisant la pratique de l'activité doit être fourni.

Début des cours	Lundi 6 septembre 2021
<i>Cotisation annuelle</i>	103 € pour 1 cours / 180 € pour les 2 cours
<i>Renseignements & inscriptions</i>	
<i>E-mail</i>	bodysculpt@abscl76.fr
<i>Jour & Heure</i>	Lundi de 17h30 à 18h30 (sauf pendant les vacances scolaires) Mercredi de 20h30 à 21h30 (sauf pendant les vacances scolaires)
<i>Lieu</i>	Salle des Tourelles
<i>Instructeur fitness</i>	Véronique SEMBLAT

Début des cours

Lundi 6 septembre 2021



Nom : _____ Prénom : _____ Date de naissance : ___ / ___ / ___

Pour les mineurs : Nom : _____ Prénom : _____ du représentant légal

Adresse : _____

Cod postal : _____ Ville : _____

Adresse e-mail : _____ Tél : _____

Adhèrent ABSCL pour la saison 2019/2020 : OUI - NON

* Informations obligatoires

L'adhérent ABSCL a-t-il envoyé régulièrement une lettre d'information par e-mail

L'adhérent à l'ADON et ses structures affiliées a-t-il envoyé régulièrement une lettre d'information par e-mail

Adhère-t-il à l'ABSCL Adhère-t-elle Enfants : OUI

Mode de règlement : Chèque Libellé à l'ordre de l'ABSCL

Votre carte d'adhérent pourra vous être demandée à tout moment. Gardez-la avec vous !

Le paiement est annuel et sans remboursement en cas d'arrêt, sauf cas exceptionnel, et après accord du conseil d'administration

Administration d'utilisation de l'usage

L'adhérent s'associe à publier dans son journal, son site internet, son groupe Facebook et dans les médias, les photos et enregistrements pris à l'occasion de rencontres ou de manifestations organisées par l'association à domicile ou à l'étranger.

Signature de l'adhérent (ou de son représentant légal)

Cadre réservé à l'Administration de l'ABSCL

V Adhèrent CESFAPL : _____

Certificat médical du : ___ / ___ / ___ Attestation de santé du : ___ / ___ / ___ à par OUI - NON

Nombre de chèques pour les activités : _____

Dates d'encaissement souhaitées : 15 septembre 15 octobre 15 novembre 15 décembre 15 mars

Signature de l'adhérent (ou de son représentant légal)

Activité	Catégorie	à payer
Anglais		110 €
Body Sculpt (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	105 €
	<input type="checkbox"/> Mercredi	
Body Sculpt (2 heures)		100 €
Chorale		95 €
Gym (Contour) (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	105 €
	<input type="checkbox"/> Jeudi	
Gym (Contour) (2 heures)		100 €
Pilates (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	105 €
	<input type="checkbox"/> Mercredi	
Pilates (2 heures)		100 €
Randonnée (1 dimanche du mois)		10 €
Remise en forme Pilates		95 €
Week-end 20-30-40		
Sporting		105 €
Tennis de table "Handicap"		45 €
Tennis de table "Libre" (jeunes)		80 €
Ténis "11 ans"		80 €
Ténis "13-15 ans"		95 €
Trial Art	Enfant : 65 € Adulte : 90 €	
Yoga Vinyasa		105 €
Zumba Fitness		105 €
Zumba Yoga		95 €

* un certificat médical ou une attestation de santé en cas de validité est obligatoire pour ces activités

TVA

Paiement en espèces Paiement par chèque

Prix en charge

Chèque ANCV	<input type="checkbox"/>	Coupon sport	<input type="checkbox"/>
Alcool Normande	<input type="checkbox"/>	Forêt Temp. libre	<input type="checkbox"/>
Prix levers 76	<input type="checkbox"/>		

*Out un chèque de soutien de : _____

Bulletin d'inscription