

Sophrologie



Pratiquer la sophrologie permet de s'accorder un temps de pause pour accéder à un mieux-être.

Grâce à des techniques simples de relaxation qui peuvent s'intégrer facilement à la vie quotidienne, la sophrologie permet entre autres une meilleure gestion de ses émotions, de son stress et le relâchement de ses tensions physiques et mentales...

Un certificat médical autorisant la pratique de la sophrologie est obligatoire dès l'inscription.

Début des cours	Lundi 6 septembre 2021
<i>Cotisation annuelle</i>	160 €
<i>Renseignements & inscriptions</i>	
<i>E-mail</i>	sophrologie@abscl76.fr
<i>Jour & Heure</i>	Lundi de 19h00 à 20h00 (sauf pendant les vacances scolaires)
<i>Lieu</i>	Salle des Tourelles
<i>Sophrologue</i>	Corinne DUNOCQ (Site Web)

Début des cours

Lundi 6 septembre 2021



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

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

Adresse: _____

Code postal: _____ Ville: _____

Adresse e-mail: _____ @ _____ . _____

Adhésent ABCSL pour la saison 2019/2020 - **AD - MIN**

* Informations obligatoires

J'autorise l'ABCSL à m'envoyer régulièrement une lettre d'information par e-mail

J'autorise la PROM et ses structures départementales à m'envoyer régulièrement une lettre d'information par e-mail

Adhésion à l'ABCSL: Adhès: 12€ Cotisat: 12€

Mode de règlement: Espèces Chèque (Libellé à l'ordre de: PROM)

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

Le paiement est annuel et aucun remboursement ne sera accordé en cas d'annulation (sauf cas exceptionnels, et après accord du conseil d'administration)

Administration d'information de l'usage

L'adhésent s'associe à publier dans son journal, sur son 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'adhésent (ou de son représentant légal)

Code adhésif à l'administration de l'ABCSL

N° Adhésent 2019/20: _____

Certificat médical du: ____/____/____ Attestation de santé du: ____/____/____ à jour: **AD - MIN**

Nombre de chèques pour les activités: _____

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

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

Activité	Cotation	À payer
Anglais	100€	
Bodyscap (1) (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	100€
	<input type="checkbox"/> Mercredi	
Bodyscap (2) (2 heures)	100€	
Cravate	95€	
Gym d'été (1) (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	100€
	<input type="checkbox"/> Mercredi	
Gym d'été (2) (2 heures)	100€	
Mises (1) (1 heure)	<input type="checkbox"/> Lundi	100€
	<input type="checkbox"/> Mercredi	
	<input type="checkbox"/> Vendredi	
Piscine (1) (1 heure)	100€	
Randonnée (1) (1 semaine du mois)	10€	
Rentree en Forme (1) (1 semaine le 15-09-2021)	55€	
Sportage	150€	
Tennis de table "handicap"	45€	
Tennis de table "loisir" (1 heure)	80€	
Traïne (1) (1 an)	80€	
Traïne (2) (2 ans)	95€	
Tu à l'ac	60€ (16€ Adhès: 44€)	
Yoga Physio	100€	
Zumba "Fitness"	100€	
Zumba "Yoga"	55€	

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

TOUTA _____

Paiement en espèces: Paiement par chèque:

Prix en change: Chèque (MCI) Coupure argent
 Monnaie Normande Bon Temps (1ère)
 Pour les autres TC

*Prix en chèque de caution de: _____

Bulletin d'inscription