

**LES COURS COMMENCERONT
LE LUNDI 9 SEPTEMBRE 2024**

**COTISATION ANNUELLE 2024-2025
(Licence FFEPGV comprise)**

LES HORAIRES			
<u>LUNDI</u>	09H30 A 10H30	HALLE DES SPORTS BENOÎT FRACHON (A côté du Quarto Entrée vers le club house des tennis)	GYM MAINTIEN EN FORME (RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET ASSOUPLISSMENTS)
<u>LUNDI</u>	10H35 A 11H35	HALLE DES SPORTS BENOÎT FRACHON	GYM MAINTIEN EN FORME (RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET ASSOUPLISSMENTS)
<u>MARDI</u>	18H30 A 19H30	ÉCOLE PRIMAIRE DU VAL RONZIERE	GYM TONIQUE
<u>VENDREDI</u>	09H00 A 09H30	HALLE DES SPORTS BENOÎT FRACHON	STEP
<u>VENDREDI</u>	09H30 A 10H00	HALLE DES SPORTS BENOÎT FRACHON	GYM MAINTIEN EN FORME TENDANCE PILATES
<u>VENDREDI</u>	10H00 A 10H30	HALLE DES SPORTS BENOÎT FRACHON	STRETCHING

Voici le QR code si vous voulez directement vous inscrire sur Internet et régler par carte bancaire en une ou trois fois.



POUR seulement une ½ H DE cours : 75€
*Règlement en un seul chèque **

POUR 1 HEURE OU 1H ½ DE COURS : 120€
*Un premier chèque de 60€ et deux chèques de 30€ **

POUR 2 HEURES DE COURS ET PLUS : 150€
*Un premier chèque de 70€ et deux chèques de 40€ **

* Les chèques seront libellés à l'ordre de la **GV VAL RONZIERE CÔTE-QUART** et **obligatoirement** remis en début de saison : le premier sera encaissé dès votre inscription, les deux autres en début des deux mois suivants.

A PRÉVOIR : Une paire de basket d'intérieur.

Un questionnaire de santé devra être rempli au moment de l'inscription.

ET AVANT TOUTE NOUVELLE ADHESION : 2 SEANCES

GRATUITES AU CHOIX POUR DECOUVRIR LES COURS.