

M. Mme Mlle Nom : _____ Prénom : _____ Date de naissance : ___/___/___

Adresse : _____ Ville : _____ Code postal : _____

N° téléphone : _____ Activité choisie : G MN AQ AB K Cotisation : _____ €

E-mail : _____ Demande justificatif paiement CE : Oui Non

Carte Pass Région N° _____ (La participation du Pass Région nous étant versée directement, elle vous sera restituée par nos soins.)

La GV peut être amenée à modifier des contenus de cours, animateurs, horaires selon les circonstances...

⚠ Pas de remboursement de cotisation en cours d'année en cas d'annulation.

⚠ Les heures annulées ne donnent pas lieu à un remboursement partiel.

⚠ La carte GV est obligatoire pour participer au cours et vous sera demandée lors de contrôles, en début de cours.

⚠ Des photos pourront être prises lors des séances par le bureau ou les animateurs.

L'adhérent certifie avoir répondu NON à toutes les réponses du questionnaire de santé. Dans le cas contraire, un certificat médical est obligatoire.

A Le

Signature :

Activités	Habitants de	
	Communay	Extérieur
« G » Gym ADULTE – 36 cours par semaine	120 €	140 €
« MN » Marche Nordique* – 2 cours par semaine	90 €	90 €
« K » Ado 11-14 ans – 1 cours par semaine	100 €	100 €
« AB » Aquabike (Piscine Vénissieux)* – 1 cours par semaine (entrée piscine comprise)	150 €	150 €
« AQ » Aquagym (Piscine Vénissieux)* – 1 cours par semaine (entrée piscine comprise)	160 €	160 €

* Le covoiturage est possible

DOCUMENTS A FOURNIR	RENOUVELLEMENT	NOUVEAUX ADHERENTS
• Licence 2023-2024 complétée, datée et signée	x	x
• 1 chèque à l'ordre de Gym Vitality Communay. Précisez au dos le nom	x	x
• La carte de l'association (si les 6 cases sont tamponnées, joindre l'ancienne carte + 1 photo d'identité)	x	
• 1 enveloppe timbrée à vos noms et adresse pour le retour de la carte	x	x
• Remplir le questionnaire de santé et le joindre à la licence (disponible sur le site)	x	x
• 1 enveloppe timbrée à vos noms et adresse pour le retour chèque CE ou Pass Région	x	x
• Photo d'identité avec nom et prénom au verso pour votre future carte		x
• Décharge parentale pour les mineurs à télécharger sur notre site	x	x
• Si carte perdue : fournir photo, enveloppe timbrée + chèque de 5€.	x	

ENVOYER OU DEPOSER VOTRE DOSSIER (dans notre boîte aux lettres, sous le porche) :

Gymnastique Vitality
Maison des associations
7 rue Centrale / 69360 COMMUNAY

MODALITE DE PAIEMENT

Aquagym et Aquabike : payable en 3 chèques encaissés début octobre, novembre et décembre 2023

G, Z et K : payable en 2 chèques encaissés début octobre et novembre 2023

Les chèques vacances sont acceptés, majorés des frais de gestion : 3€

La carte d'adhérent est comprise dans l'adhésion

INFORMATIONS

Reprise des cours : Lundi 4 septembre 2023

Forum des associations : Samedi 2 septembre 2023

PLANNING					
Jours	Horaires	Lieux	Types de cours	Animateurs	Durée
LUNDI	09h00 – 09h45	Plaine (dojo)	Gym douce ⁽¹⁾	Jason	0,75
	09h45 – 10h30		Stretching ⁽¹⁾		0,75
	10h30 – 11h15		Gym douce ⁽¹⁾		0,75
	11h15 – 12h00		Stretching ⁽¹⁾		0,75
	18h30 – 19h30	Berlioz grande salle	Step	Samir	1
	19h30 – 20h30		Aérodanse		1
	20h30 – 21h30		Total body	Zoheir	1
MARDI	09h00 – 10h00	Plaine grande salle	Equilibre/coordination	Jason	1
	10h15 – 11h15		Gym. traditionnelle	Samir	1
	10h00 – 11h00	Plaine (dojo)	Stretching	Jason	1
	11h15 – 11h50	Piscine de Vénissieux	Aquabike (25 pers.)	Annie	35 mn
	14h00 – 16h00	La plaine	Marche Nordique	Murielle	2
	18h00 – 19h00	Berlioz petite salle	Yoga ⁽¹⁾	Bénédicte	1
	19h00 – 20h00				1
MERCREDI	08h30 – 09h30	Plaine grande salle	Zumba	Samir	1
	09h30 – 10h30		Abdos-fessiers		1
	11h15 – 12h00	Piscine de Vénissieux	Aquagym (35 pers.)	Annie	0,75
	14h30 – 16h00	Plaine (dojo)	Qi gong	Patrick	1,5
	15h00 – 16h00	Berlioz petite salle	Danse ados	Jason	1
	19h00 – 20h00	Brosses gymnase	Zumba	Valentine	1
	20h00 – 21h00	Berlioz petite salle	Stretching	Virginie	1
JEUDI	09h00 – 10h00	Plaine grande salle	Gym traditionnelle	Valentine	1
	10h00 – 11h00	La plaine	Equilibre/coordination	Jason	1
	10h30 – 11h30	Plaine (dojo)	Pilates	Samir	1
	14h00 – 15h00		Pilates		1
	18h30 – 19h30	Berlioz grande salle	Step	Amélie	1
	19h30 – 20h30		Gym. traditionnelle		1
	20h30 – 21h30		Pilates		1
 VENDREDI	09h00 – 10h00	Plaine (dojo)	Gym ⁽²⁾	Anaïs / Jason	1
	09h30 – 11h00		Marche Nordique	Murielle	1,5
	10h00 – 11h00		Yoga dynamique ⁽²⁾	Anaïs / Bénédicte	1
	11h00 – 12h00		Yoga doux ⁽²⁾		1
SAMEDI	08h30 – 09h30	Berlioz petite salle	Yoga dynamique ⁽²⁾	Anaïs / Ingrid	1
	09h30 – 10h30		Yoga doux ⁽²⁾		1
	08h30 – 09h30	Plaine grande salle	Fitzen ⁽²⁾	Samir / Victor	1
	08h30 – 09h45	Plaine (dojo)	Pilates confirmés	Florence	1,25
	09h45 – 11h00		Pilates débutants		1,25
	09h45 – 10h45	Salle du bas du collège Berlioz ⁽³⁾	Zumba ⁽²⁾	Samir / Victor	1
	10h45 – 11h45		Aéroboboxe ⁽²⁾		1
	11h00 – 12h00	Plaine (dojo)	Feldenkrais (Bien-être/Détente)	Florence	1
TOTAL				41	41,75

⁽¹⁾ Cours dédoublés

⁽²⁾ En alternance 1 semaine sur 2

⁽³⁾ En extérieur de Septembre à Octobre et de Mai à Juin / Dans la salle du bas du collège des vacances de la Toussaint aux vacances de Pâques

NOUS CONTACTER

Mail gymcommunay@gmail.com	Site gymvitalitycommunay.fr	Téléphone 07 68 65 36 00	Facebook Gymnastique Vitality Communay
--------------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------	--