

REPRISE DES COURS DE FITNESS

LUNDI 16 SEPTEMBRE 2024



Conditions d'inscription

- Formulaire d'inscription complété (formulaire disponible sur www.sport-et-vie.fr)
- Se munir obligatoirement d'un **certificat médical de moins de 3 mois pour les nouveaux membres**. Pour les anciens adhérents, vérifier la validité de votre certificat médical auprès du bureau et compléter un questionnaire d'auto-évaluation de santé émis par le Ministère de la ville, jeunesse et sport. Remettre l'attestation au bureau au moment de l'inscription.
- Etre âgé de 16 ans au moment de l'inscription (pour les mineurs, apporter une attestation parentale).
- **Règlement de la cotisation annuelle** obligatoire à compter du 23/09/2024 pour accéder aux cours.
- **Les inscriptions pour toutes les activités peuvent se faire sur le Forum des Associations ou sur les différents cours** : Attention nombre de places limitées pour le cours de Gym Esprit YOGA du lundi soir et le cours de PILATE du mardi soir.
- L'inscription pour les cours peut être réalisée toute l'année.

Nos formules

Cotisation annuelle 2024/2025		
<i>Activités</i>	<i>Commune</i>	<i>Hors commune</i>
Gymnastique en salle	112 Euros	130 Euros
Gym esprit YOGA + gym en salle	125 Euros	140 Euros
Pilate cours du mardi soir + gym en salle	125 Euros	140 Euros



Lieux d'inscription

Sur tous les cours : **(Préparer votre dossier d'inscription et apporter votre stylo)**

- Samedi 7 septembre 2024 de 10 h à 17 h « Forum des associations » au Gymnase Jacques Cartier Avenue Jean Jaurès à Combs-la-Ville,
- Salle des fêtes, gymnases J. Cartier, Paloisel à partir du 16/09/2024,
- Inscription possible par courrier à l'attention de Sport et Vie – 58 rue de la clairière 77380 COMBS LA VILLE (fournir une enveloppe timbrée en mentionnant votre adresse pour le retour de la carte d'adhérent),
- Des travaux de réhabilitation du DOJO sont en cours jusqu'au début de l'année 2025. De ce fait, les cours sont susceptibles d'être déplacés de la salle des fêtes vers le DOJO soit sur le 1^{er} ou le 2^{ème} trimestre de l'année 2025 en fonction des directives de la municipalité.

Consignes

- Etre en possession de sa carte d'adhérent sur les cours.
- Si retour des cours au DOJO en cours d'année, pratique de la gymnastique en chaussette ou chausson léger.

Précautions (Mesures d'hygiène et de sécurité)

- Respecter les circuits de circulation à l'intérieur des gymnases en fonction des préconisations établies par la Mairie.
- Présentez-vous en tenue de sport avec un sac contenant une serviette, une bouteille d'eau et des chaussures spécifiques pour la salle.
- Le prêt de matériel est possible (tapis de sol, bandes lestées...) mais vous pouvez venir avec votre propre matériel.
- Privilégier les heures de cours à affluence réduite.
- Utiliser 2 créneaux de cours par semaine de préférence.
- Reconnaître et accepter avoir été informé que l'accès au cours peut être filtré en fonction du nombre d'adhérents déjà présents dans la salle en début de cours (respect d'un volume de personne en fonction de la surface de la salle mise à disposition par la mairie).