



2022 / 2023

BULLETIN D'ADHÉSION

Nouvel(le) adhérent(e)
 Renouvellement
 N° de licence **Obligatoire** : _____

NOM :
 Prénom :
 Date de naissance :
 Adresse :

 CP-Ville:
 Tél fixe :
 Tél portable :
 Mail :
 (obligatoire pour recevoir sa licence)

Assurance D.A. Sport Plus OUI NON
 Autorisation Photos Vidéos OUI NON

En soumettant ce formulaire, j'accepte que les informations saisies soient exploitées, pour permettre de me recontacter, et m'envoyer des informations relatives à la GV. Pour connaître et exercer vos droits, notamment de retrait de consentement à l'utilisation de vos données, veuillez contacter la GV

VOTRE DOSSIER COMPLET comporte :

- Ce bulletin daté, signé, avec votre choix d'activités
- **Nouvelle adhésion** : certificat médical de moins de 1 an et une photo d'identité récente (-10 ans !)
- **Renouvellement** : Questionnaire de santé complété ou certificat médical si plus de 3 ans
- **Règlement** : 2 chèques possibles à partir d'1 cours puis 3 chq maxi à partir de 2 cours (dates de dépôt : fin septembre, fin octobre, fin novembre)

Date : _____ Signature : _____

Nom - Prénom :

Edité le 07/06/2022

Lundi			
Heure	N°	Lieu	Activité
09:00	100	Villejoint	Pilates
10:00	101	Sauvageau-Blois	Stretching doux
11:00	102	Sauvageau -Blois	Pilates
10:00	103	Dojo St Georges -Blois	Gym Tonique
10:30	104	Stade des Allées-Blois	Gym'Oxygène
11:00	105	Dojo St Georges-Blois	Gym Postural ®
12:15	106	Montprofond-La Chaussée	Yoga
13:45	107	Sauvageau-Blois	Détente / Relax
15:00	108	Sauvageau-Blois	Yoga
18:00	109	Montprofond-La Chaussée	Gym Tonique
18:30	110	Gymnase St Gervais	Yoga
19:00	111	Sauvageau-Blois	Fitness Tendance

Mardi			
Heure	N°	Lieu	Activité
07:30	200	Piscine Tournesol - Blois	Aquajogging
08:30	201	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique
10:00	202	Forêt de Blois	Marche Nordique
11:30	203	Montprofond-La Chaussée	Gym Tonique
12H30	204	Montprofond-La Chaussée	Stretching
13:45	205	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique
15:30	206	Forêt de Blois	Marche Découverte
17:15	207	Gymnase R Etelin - Dojo	Gym Posturale®

Mercredi			
Heure	N°	Lieu	Activité
07:30	300	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique
09:30	301	Foch-Blois	Cardio-Renfo
10:15	302	Sauvageau-Blois	Gym Douce
11:15	303	Sauvageau-Blois	Gym Equi-Mémoire
14:00		Montprofond-La Chaussée	Gym Enfants 6/10 ans
15:00		Montprofond-La Chaussée	Gym Enfants 3/5 ans
16:00		Montprofond-La Chaussée	Gym Enfants 6/10 ans
15:30		Salle Cap'Ados - St Gervais	Gym Enfants
17:15	304	Montprofond-La Chaussée	Pilates

Jeudi				
Heure	N°	Lieu	Activité	
09:00	400	Montprofond-La Chaussée	Gym Tonique	D
09:30	401	Sauvageau-Blois	Gym Douce	A
10:00	402	Montprofond-La Chaussée	Body Zen	A
10:15	403	Gymnase - St-Gervais	Gym Tonique	A
10:30	404	Piscine Tournesol - Blois	Gym aquatique	D
11:30	405	Piscine Tournesol - Blois	Palmes	S
18:00	406	Gymnase Provinces-Blois	Gym Tonique	D
18:30	407	Gymnase - St-Gervais	Gym Tonique	D
19:30	408	Gymnase - St-Gervais	Jeu Raquettes	D
20h15	409	Espace Quinière - Blois	Danse en ligne	S

Vendredi				
Heure	N°	Lieu	Activité	
08:30	500	Montprofond-La Chaussée	Gym Tonique	D
09:00	501	Espace Quinière -Blois	Gym Posturale®	A
09:30	502	Stade des Allées-Blois	Gym'Oxygène	D
10:15	503	Sauvageau-Blois	Cross-Training	S
09:30	504	Montprofond-La Chaussée	Gym Douce	A
10:15	505	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique	D
11:00	506	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique	D
11:15	507	Sauvageau-Blois	Fitball	A
12:15	508	Montprofond-La Chaussée	Gym Dos	A
16:30	509	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique	D
17:15	510	Piscine Tournesol - Blois	Gym Aquatique	D

Intensité des cours :
 Accessible à tous = A - Dynamique = D - Soutenu = S

Couple oui / non
Nombre de cours :
Déduction COS-CE-CV-CS :
Frais +2,5% sur CV-CS :
Parrainage :
Montant validé de la cotisation :

Les horaires, les lieux et les animations sont susceptibles de modifications, consulter le site internet