

# Fiche d'inscription

## SAISON 2019-2020

### Réservé ALGAM

<i>Photo</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Carte bancaire</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Entrée piscine</i>	<input type="checkbox"/>
<i>Certificat médical</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Chèque</i>	<input type="checkbox"/>		
<i>Attestation de santé</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Espèces</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Ovive</i>	<input type="checkbox"/>
<i>Autorisation parentale</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Coupons Sport</i>	<input type="checkbox"/>		
<i>N° de reçu</i>	<input type="text"/>	<i>TOTAL</i>	<input type="text"/>		

**ANCIEN ADHERENT**  **NOUVEL ADHERENT**  **Civilité:** *M. ou Mme*

**Nom:** ..... **Prénom:** .....

**Nom de jeune fille:** ..... **Date de naissance:** ..../..../....

**Adresse:** .....

**Code postal:** ..... **Commune:** .....

**Tél fixe:** ..... **Tél port.:** .....

**Mail:** .....

**Profession:** .....

HORS FORFAIT: Cochez vos activités

Lundi	14h00	Marche détente	LUPS14	<input type="checkbox"/>
Mardi	9h30	Marche Nordique	MAPS09	<input type="checkbox"/>
Vendredi	9h30	Marche nordique débutant	VEPS09	<input type="checkbox"/>
Vendredi	14h00	Marche Nordique	VEPS14	<input type="checkbox"/>
Samedi	9h30	Marche Nordique	SAPS09	<input type="checkbox"/>

<b>THERMAGYM</b>			
<i>Lundi</i>	<input type="checkbox"/>	<i>14h45</i>	<input type="checkbox"/>
<i>Mardi</i>	<input type="checkbox"/>	<i>15h30</i>	<input type="checkbox"/>
<i>Jeudi</i>	<input type="checkbox"/>	<i>16h15</i>	<input type="checkbox"/>
<i>Vendredi</i>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

Lundi	19h00	Aquagym	Bassin d'apprentissage	LUPI19	<input type="checkbox"/>
Jeudi	19h00	Aquagym	Bassin d'apprentissage	JEPI19	<input type="checkbox"/>
Vendredi	18h45	Aquagym	Bassin d'apprentissage	VEPI18	<input type="checkbox"/>
Vendredi	19h30	Apprentissage 3 nages	Bassin sportif	VEP119	<input type="checkbox"/>
Vendredi	19h30	Perfectionnement 3 nages	Bassin sportif	VEP219	<input type="checkbox"/>
Samedi	8h00	Natation 1er Niveau	Bassin d'apprentissage	SAP108	<input type="checkbox"/>
Samedi	8h30	Aquagym en eau profonde	Bassin sportif	SAP208	<input type="checkbox"/>

Lundi	17h30	Gym parent - enfant	Les Capucines	LUCA17	<input type="checkbox"/>
Mardi	17h30	Gym enfant	PDS-SK	MASK17	<input type="checkbox"/>

Lundi	17h15	Relaxation	Avermes	LUAS17	<input type="checkbox"/>
Lundi	18h30	Yoga	Bon Pasteur	LUBP18	<input type="checkbox"/>
Mercredi	10h00	Yoga	Avermes	MEAS10	<input type="checkbox"/>
Mercredi	17h15	Yoga dynamique	Avermes	MEAS17	<input type="checkbox"/>
Jeudi	17h45	Yoga	Coll. EG	JECO17	<input type="checkbox"/>
Jeudi	18h00	Sophro	Yzeure HA	JEYA18	<input type="checkbox"/>

Lundi	10h30	Gym équilibre	Avermes	LUAS10	<input type="checkbox"/>
Lundi	14h00	Gym douce adaptée	Yzeure HA	LUYA14	<input type="checkbox"/>
Lundi	15h00	Sophrology'm	Yzeure HA	LUYA15	<input type="checkbox"/>
Mardi	14h00	Marche nordique adaptée		MAPS14	<input type="checkbox"/>

## LUNDI

9:30	Maintien en forme	Renfo	Avermes	LUAS09	<input type="checkbox"/>
9:30	Abdo fessiers - Renf. musculaire	Renfo	PDS-SR	LUSR09	<input type="checkbox"/>
10:30	Stretching	Gym douce	PDS-SR	LUSR10	<input type="checkbox"/>
12:30	Pilates	Gym douce	PDS-SR	LUSR12	<input type="checkbox"/>
17:30	LIA (Aérobic)	Expression	Coll. EG	LUCO17	<input type="checkbox"/>
17:30	Abdo fessiers - Renf. musculaire	Renfo	PDS-SR	LUSR17	<input type="checkbox"/>
18:15	Gym d'entretien cardio	Cardio	Avermes	LUAS18	<input type="checkbox"/>
18:30	Zumba fun	Expression	Coll. EG	LUCO18	<input type="checkbox"/>
18:30	Entretien musculaire tonic	Renfo	PDS-SR	LUSR18	<input type="checkbox"/>
18:30	Pilates / Chiball	Gym douce	Nomazy	LUCA18	<input type="checkbox"/>
19:15	Pilates stretching	Gym douce	Avermes	LUAS19	<input type="checkbox"/>
19:30	Préparation physique sportive	Cardio	PDS-SR	LUSR19	<input type="checkbox"/>

## MARDI

9:30	Abdo fessiers - Renf. musculaire	Renfo	PDS-SR	MASR09	<input type="checkbox"/>
10:30	Gym gainage et étirements	Renfo	PDS-SR	MASR10	<input type="checkbox"/>
16:00	Pilates / stretching	Gym douce	Yzeure B	MAYZ16	<input type="checkbox"/>
17:30	Gym d'entretien dynamic	Cardio	Avermes	MAAS17	<input type="checkbox"/>
17:30	Gym d'entretien cardio	Cardio	PDS-SR	MASR17	<input type="checkbox"/>
18:30	Body barre	Cardio	Avermes	MAAS18	<input type="checkbox"/>
18:30	Fit boxing renfo	Cardio	PDS-SK	MASK18	<input type="checkbox"/>
18:30	Pilates	Gym douce	PDS-SR	MASR18	<input type="checkbox"/>
19:30	Stretching dynamique et expression	Expression	PDS-SR	MASR19	<input type="checkbox"/>

## MERCREDI

9:30	Renfo stretch	Renfo	PDS-SR	MESR09	<input type="checkbox"/>
10:30	Gym zen-remise en forme	Gym douce	PDS-SR	MESR10	<input type="checkbox"/>
17:25	Activité cardio et renfo	Cardio	Yzeure B	MEYZ17	<input type="checkbox"/>
17:30	Cuisses abdo-fessiers + HIIT	Cardio	PDS-SR	MESR17	<input type="checkbox"/>
18:25	Pilates N+1	Gym douce	Yzeure B	MEYZ18	<input type="checkbox"/>
18:30	Zumba débutants	Expression	PDS-SR	MESR18	<input type="checkbox"/>
19:30	Zen ball	Gym douce	PDS-SR	MESR19	<input type="checkbox"/>

## JEUDI

9:15	Pilates stretch	Gym douce	Avermes	JEAS09	<input type="checkbox"/>
9:30	Maintien en forme	Renfo	PDS-SR	JESR09	<input type="checkbox"/>
10:30	Renforcement musculaire-ballons suisses	Gym douce	PDS-SR	JESR10	<input type="checkbox"/>
17:30	Initiation self-défense	Cardio	PDS-SK	JESK17	<input type="checkbox"/>
17:30	Gym d'entretien cardio	Cardio	PDS-SR	JESR17	<input type="checkbox"/>
18:30	Maintien en forme	Renfo	PDS-SK	JESK18	<input type="checkbox"/>
18:30	Step	Cardio	PDS-SR	JESR18	<input type="checkbox"/>

## VENDREDI

17:30	Zumba	Expression	PDS-SR	VESR17	<input type="checkbox"/>
18:30	Fun Dance	Expression	PDS-SR	VESR18	<input type="checkbox"/>

**Toute cotisation acquittée ne pourra être remboursée.**

J'autorise l'ALGAM à utiliser les images prises à l'occasion de ma participation à un cours.

Date:

Signature: