

FICHE D'INSCRIPTION BODYFITNESS SAISON 20 / 20

À PARTIR DE 14 ANS



Nom :

Prénom :

Sexe : F / M / NB

Né(e) le : à

Adresse :

CP / ville :

Tel :

Personne à joindre :

Mail :

RÉSERVÉ AU STAFF

☐ Musculation ☐ Fitness

Mois d'inscription :

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Réinscription : OUI / NON

Fiche enregistrée par :

Chèque n°

Banque

ASSURANCE

Je soussigné(e), nom, prénom :

(Représentant légal : père, mère, tuteur)

Reconnais avoir pris connaissance au dos du document de la présente demande du club,

- de la possibilité d'y renoncer et des modalités pour y renoncer ;

Je décide de souscrire aux garanties complémentaires et m'engage à établir moi-même les formalités d'adhésion auprès de l'assureur du club.

Ou bien, je décide de ne pas souscrire aux garanties complémentaires qui me sont proposées.

Signature de l'adhérent

CERTIFICAT MÉDICAL

Je soussigné(e), Dr

(1) certifie que le bénéficiaire de cette demande, identifié ci-dessus, ne présente aucune contre-indication (2) à la pratique de la **musculation et/ou fitness**.

Date de l'examen (1):

(1) obligatoire (2) rayez la mention inutile

Signature et cachet

☐ **Décharge**

AUTORISATION PARENTALE

Nous soussignons Mme et/ou Mr :

Représentant légaux de :

Adhérent de l'Amicale d'Epernon, autorisons le responsable de l'encadrement à prendre toutes mesures d'urgence concernant mon enfant en cas d'accident de façon à lui faire recevoir les soins ou subir les interventions jugées nécessaires ou urgente par un médecin.

Signature des parents

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Nous soussignons Mme et/ou Mr :

Représentant légaux de :

Adhérent de l'Amicale d'Epernon, certifions avoir pris connaissance du règlement intérieur de la section, de l'Amicale omnisport et du Pôle sportif ; nous nous engageons à les respecter.

Signature des parents et de l'adhérent

DROIT À L'IMAGE

Nous soussignons Mme et/ou Mr :

Représentant légaux de :

Adhérent de l'Amicale d'Epernon, autorisons l'Amicale d'Epernon à diffuser des photos liées à l'association sur le site internet du club, dans les documents de l'association, journal interne et dans la presse.

Signature des parents et de l'adhérent

 **PÔLE SPORTIF DES GRANDS MOULINS,**
28 RUE DE SAVONNIÈRE, 28230 ÉPERNON

 **BODYFITNESS EPERNON**

 **WWW.BODYFITNESSEPERNON.FR**



 **BODYFITNESSEPERNON@GMAIL.COM**

LUNDI AU VENDREDI : 9H30 - 13H45 / 16H30 - 21H30
SAMEDI : 10H - 12H / DIMANCHE : 11H - 12H30

 **02 37 83 68 87**

INSCRIPTION / TARIFS

1 AN

Habitant Épernon + Droue-sur-Drouette

- ☐ **170€** (musculature)
- ☐ **200€** (musculature + fitness)

Hors Épernon

- ☐ **185€** (musculature)
- ☐ **220€** (musculature + fitness)

Étudiants/mineurs Épernon + Droue-sur-Drouette

- ☐ **145€** (musculature)
- ☐ **180€** (musculature + fitness)

Étudiants/mineurs hors Épernon

- ☐ **155€** (musculature)
- ☐ **195€** (musculature + fitness)

6 MOIS

Habitant Épernon + Droue-sur-Drouette

- ☐ **120€** (musculature)
- ☐ **135€** (musculature + fitness)

Hors Épernon

- ☐ **130€** (musculature)
- ☐ **150€** (musculature + fitness)

Étudiants/mineurs Épernon + Droue-sur-Drouette

- ☐ **105€** (musculature)
- ☐ **125€** (musculature + fitness)

Étudiants/mineurs hors Épernon

- ☐ **115€** (musculature)
- ☐ **135€** (musculature + fitness)

IL FAUT NOUS FOURNIR

- ☒ Certificat médical
(avec mention musculature et/ou fitness)
sur la fiche d'inscription si possible.
- ☒ Fiche d'inscription remplie + signée + 1 photo.
- ☒ Présenter une pièce d'identité.
- ☒ Pour les mineurs, l'adhésion ne peut se faire
qu'avec la présence du père, mère ou tuteur.
Inscription à partir de 14 ans.

CONDITIONS D'ENTRAÎNEMENT

- ☒ Être inscrit au club et biper sa carte.
- ☒ Avoir une paire de baskets propres et réservées à la salle.
- ☒ Mettre une serviette sur les appareils utiliser et nettoyer les
appareils cardios.
- ☒ Respecter le règlement intérieur affiché dans la salle.
- ☒ L'accès aux cours se fait par l'entrée principale.
- ☒ Le parking derrière le pôle est réservé aux éducateurs
et dirigeants bénévoles.

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Dimanche		
										HUGO	Cardio Step 10:00 - 10:45	
											Renfo postural - Stretching 10:45 - 11:30	
NICO	Renforcement musculaire 12:15 - 13:00	FLO	Renforcement musculaire 12:15 - 13:00	NICO	Renforcement musculaire 12:15 - 13:00	FLO	Renforcement musculaire 12:15 - 13:00	NICO	Renforcement musculaire 12:15 - 13:00			
	Cross training 18:00 - 18:45		Pilates 18:30 - 19:15		Renforcement musculaire 18:00 - 18:45		Pilates 18:00 - 18:45		Abdos Cuisses Fessiers 18:00 - 18:45			
	Cross training 18:45 - 19:30				Renforcement musculaire 18:45 - 19:30		Animal Flow - Body Weight 18:45 - 19:30		Step 18:45 - 19:30			
	Body Combat 19:30 - 20:15				Stretching 19:30 - 20:15				Body Combat 19:30 - 20:15			
		NICO	Stretching 20:00 - 20:45									