

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

CP ville .....

Tél .....

Tél portable .....

Courriel .....

Cours Lundi matin 08h45-09h15

Date naissance ...../...../.....

Date : .....

Signature de l'adhérent ou l'un des parents pour les mineurs :  
.....

J'atteste avoir pris connaissance et accepte les conditions générales figurant au verso.

- Bulletin d'inscription
- Un chèque de **185 €** ou de **200 €** (cours du lundi matin) à l'ordre du comité des fêtes de Brenthonne
- Certificat médical **obligatoire\*** de moins d'un mois (\* Voir conditions générales au verso)

**A envoyer à :**

Mme Marie-Yvonne Rigaud  
Route de Morzier, 520  
74890 Brenthonne

**COMITE DES FETES DE  
BRETHONNE**

Présidente : Mme Chantal Hoegen  
Tél : 04.50.39.46.32

**Renseignements cours de gym :**  
comitedesfetesbrenthonne@gmail.com  
www.comite-des-fetes-brenthonne.com

Le comité des fêtes se réunit chaque 1er vendredi du mois dans la salle située sous la mairie.  
Vous y êtes tous les bienvenus pour participer à l'organisation des manifestations de notre commune.  
Nous sommes à l'écoute de vos idées pour mettre en place de nouvelles activités qui n'ont qu'un seul but : vous faire plaisir !

**Retrouvez toute notre actualité sur :**

**[www.comite-des-fetes-brenthonne.com](http://www.comite-des-fetes-brenthonne.com)**

**COMITE DES FETES DE  
BRETHONNE**

**COURS DE  
PILATE**



**A fond la forme !**

**Renseignements Pilate :**  
Tél. : 04.50.36.34.64  
comitedesfetesbrenthonne@gmail.com

## GYM PILATE 2017-2018

Lundi Matin - 08h45

### Gym Pilate :

Programme permettant de rééquilibrer les muscles, en se concentrant sur les muscles principaux qui interviennent dans l'équilibre du corps et le maintien de la colonne vertébrale. Dans cette méthode, on essaye de renforcer les muscles trop faibles et de décontracter les muscles trop tendus. On tient également compte du rythme de la respiration lors de l'exécution des mouvements, du bon alignement de la colonne et du maintien d'une bonne posture générale.



**Attention :**

**Places limitées**

**Premiers inscrits / Premiers servis !**

**Cours :**  
**Pilate et Stretching**  
(Durée 1h30)

**Professeur diplômé :**  
**Mr Maxime Bruel**

**Lundi matin**  
**de 08h45 à 10h15**

**Dès le lundi 11 septembre 2017**

### ATTENTION

**CHANGEMENT DE LIEU :**

**Les cours auront lieu à :**  
**L'ancienne école maternelle**

**(Parking toujours vers la bibliothèque)**

### Vacances scolaires

- 21 octobre au 5 novembre 2017
- 23 décembre 2017 au 7 janvier 2018
- 10 au 25 février 2018
- 7 au 22 avril 2018
- Coupure en juillet et août 2018

## Conditions générales

### Horaires des cours :

Lundi matin : 08h45-10h15 (pilate et stretching)  
Hors vacances scolaires et jours fériés.

### Durée des cours :

Lundi matin : 1h30 (1h pilate + 30 mn stretching)

Pour qui : Adulte, dès 16 ans

Lieu : Salle ancienne école de Brenthonne  
(pas de vestiaire à disposition).

### Tarifs des cours :

**185 € Habitants de Brenthonne**

**200 € Habitants des autres communes**

### Matériel à charge du participant :

- Serviette ou linge
- Chaussures de sport d'intérieur
- Une bouteille d'eau
- Certificat médical **obligatoire** \* datant de moins d'un mois attestant son aptitude à la pratique des activités de fitness.

\* Nous déclinons toute responsabilité en cas de problème médical si le certificat n'a pas été remis par l'adhérent en début d'année scolaire.

### Remboursement :

Au prorata-temporis sur présentation d'un certificat médical attestant l'inaptitude à un exercice physique pour une durée d'au minimum 3 mois.

**NB :** L'adhérent ne peut prétendre à aucun remboursement en cours d'année, si le certificat médical obligatoire n'a pas été remis à l'inscription.