

Nom

Prénom

Adresse

CP ville

Tél

Tél portable

Courriel

Cours Lundi matin 09h00-10h15

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 **170 €** ou de **185 €** (cours du lundi matin) à l'ordre du comité des fêtes de Brenthonne
Possibilité de régler en 2 ou 3 chèques en début d'année
- Certificat médical **obligatoire*** de moins d'un mois
(* Voir conditions générales au verso)

A envoyer à :
Mme Barbara Hellain
56, Impasse Lorcon
74890 Brenthonne

COMITE DES FETES DE BRENTHONNE

Présidente : Mme Chantal Hoegen

Renseignements cours de Pilate :

Mme Barbara Hellain - 06 74 06 58 01
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

COMITE DES FETES DE BRENTHONNE

COURS DE PILATE

RENTREE 2021



**Soyez toujours
A fond la forme !**

Renseignements Pilate :
Tél. : 06.74.06.58.01
comitedesfetesbrenthonne@gmail.com
www.comite-des-fetes-brenthonne.com

GYM PILATE 2021-2022

Lundi Matin - 09h00

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.



Places limitées *

Premiers inscrits / Premiers servis !

Merci de vérifier par téléphone la disponibilité avant de vous inscrire.

*** Règlement par chèque demandé dès la pré-réservation pour garantir votre place**

Cours :

**Pilate et Stretching
(Durée 1h15)**

Professeur diplômé :
Mr Maxime Bruel

**Lundi matin
de 09h00 à 10h15**

**Du lundi 13 septembre 2021
Au lundi 20 juin 2022**

(Pas de cours les lundis fériés)

Lieu Des cours :

Ancienne Salle Polyvalente

(Au dessus de la bibliothèque)

Vacances scolaires 2021-2022

- 25 octobre au 7 novembre 2021
- 20 décembre 2021 au 2 janvier 2022
- 14 au 27 février 2022
- 18 avril au 1 mai 2022
- Coupure en juillet et août 2022

Jours fériés 2021-2022

Lundi 18 avril // Lundi 6 juin

Conditions générales

Horaires des cours :

Lundi matin : 09h00-10h15 (pilate et stretching)
Hors vacances scolaires et fériés (voir ci-contre)

Durée des cours :

Lundi matin : 1h15 pilate+stretching - (de 9h à 10h15)

Pour qui : Adulte, dès 16 ans

Lieu : Ancienne Salle Polyvalente (pas de vestiaire)

Tarifs des cours :

170 € Habitants de Brenthonne
185 € Habitants des autres communes

Compte-tenu des places limitées à ce cours, merci de vérifier la disponibilité à ce cours avant de vous inscrire. Le paiement par chèque sera demandé dès la pré-réservation pour garantir les places.

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 son certificat médical obligatoire n'a pas été remis lors de son inscription.