

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 Chantal Hoegen
Route de Puard, 317
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

**COMITE DES FETES DE
BRETHONNE**

**COURS DE
PILATE**



A fond la forme !

Renseignements Pilate :
Tél. : 04.50.39.46.32
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 10 septembre 2018

ATTENTION

Les cours ont lieu à :
L'ancienne école maternelle
(Parking toujours vers la bibliothèque)

Vacances scolaires

- 20 octobre au 4 novembre 2018
- 22 décembre 2018 au 6 janvier 2019
- 16 février au 3 mars 2019
- 13 avril au 28 avril 2019
- Coupure en juillet et août 2019

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.