

REMISE EN FORME

Reprise des cours
Lundi 7 Septembre 2020



FICHE D'INSCRIPTION

HORAIRES

Lundi : 9H00 Body tonic
18H30 Body Zen

Mardi : 9H00 Swiss Ball

Jeudi : 9H00 Pilates
18H30 Cardio & Body Tonic
19H30 Pilates

Vendredi : 9H00 Body Zen

Téléphone : 06 87 41 11 37 **Caroline**
Mail : caro.chevalier43@gmail.com

Modalités d'inscription

- un certificat médical (si nouvelle inscription)
 - fiche d'inscription
 - règlement en 4 chèques (en précaution de l'épidémie COVID et débités en Octobre, Décembre, Février et Avril ordre ASB)
- Nous acceptons les ANCV, Coupons sport, bon CCAS

Tarif annuel

- | | |
|---|-------|
| - 1 Cours par semaine (au choix) | 130€ |
| - Cours à volonté | 220 € |
| - 2 ^e cours si déjà adhérent d'une autre section | 105€ |
| - Carte 10 séances + 1 offerte | 60 € |
| - Séance | 6 € |

Frais d'adhésion ASB

- | | |
|---------|--|
| 18 € | 1 ^{er} adhérent |
| 9 € | 2 ^e adhérent |
| Gratuit | 3 ^e adhérent de la même famille |



Body Tonic : Cours complet de remise en forme pour un renforcement musculaire général du corps.

Pilates : Recentrage et rééquilibrage du corps par un renforcement des muscles profonds pour favoriser une meilleure posture.

Body Zen : Etirements et rééquilibrage énergétique pour retrouver une harmonie du corps et de l'esprit, respiration, détente musculaire et mental pour supprimer les tensions.

Swissball : Cours de Pilates avec un gros ballon pour un travail de gainage et d'équilibre pour muscler, rééquilibrer tout le corps pour un meilleur maintien.



Nom :

Prénom :

Né(e) le :

Adresse :

Tél. :

Mail :

- J'ai pris connaissance du protocole sanitaire en vigueur

Internet et communication

- J'autorise¹ l'association ASB à exploiter et diffuser les noms et images de l'adhérent prises dans le cadre des activités de l'association.

À _____ le _____
Signature

¹ personne majeure responsable ou titulaire de l'autorité parentale



Librairie - Papeterie
VERCINGETORIX

LIBRAIRIE
14 Bd Vercingétorix
43100 Brioude

PAPETERIE
13 rue Jules Maigne
43100 Brioude

04 71 50 06 26 ☎ 04 71 74 98 97
contact@papeterie-vercingetorix.fr



ASB REMISE EN FORME

Sport santé et bien-être

Body Tonic



Body Zen

*Pilates
Swiss Ball*



Cardio Dance



www.danse-brioude.com