



Gymnastique Volontaire de Claix
2 allée des myosotis
38640 CLAIX
Tel : 06 77 79 80 05
gvclaix38@hotmail.fr
<http://www.gv-claix38.fr/>

REGLEMENT INTERIEUR DE L'ASSOCIATION **Définissant l'environnement et le fonctionnement des cours.**

1. **Une tenue appropriée à la pratique sportive est exigée pour chaque cours.** Le port de chaussures adaptées est conseillé. Il est impératif d'en changer avant de commencer l'activité, **afin d'assurer la propreté des locaux mis à notre disposition par la mairie.**
2. La gestion est assurée par des bénévoles, en conformité avec les statuts de l'association.
3. L'Association propose des cours mixtes de gymnastique pour les adultes et pour les enfants de 3 ans à 5 ans, de 6 à 8 ans, et de 9 à 12 ans, ainsi que des cours de Stretching Postural[®] et de Yoga. Ces cours sont organisés pendant toute la période scolaire, et à l'exclusion des vacances scolaires et des jours fériés.
4. **Les cours sont payables annuellement.** Aucun remboursement ne sera effectué après le 31 Octobre 2015 (date de délivrance de la licence), sauf décision du Comité Directeur suite à une demande dûment motivée.
5. **Les cours doivent être réglés au plus tard le 1er octobre 2015.**
Au-delà, les tarifs appliqués seront les suivants :
 - pour un cours normal : 120€, et 45€ par cours supplémentaire, pour deux adultes : 215€
 - pour un cours de Stretching Postural[®] ou de Yoga : 140€, et 60€ par cours supplémentaire, pour deux adultes : 255€
6. **L'inscription à un cours est valable pour la saison entière.** Aucun changement de cours ne sera accepté. Si, en raison d'une circonstance particulière, un changement devenait nécessaire celui-ci devra faire l'objet d'une demande au Comité Directeur par courrier simple ou électronique. **Le Comité Directeur acceptera ou non ce changement suivant le nombre d'adhérents inscrits dans le cours demandé, et ceci pour des raisons de sécurité et de confort.**
7. Un cours d'essai sera possible durant toute la saison, à l'exception de l'aquagym, à la condition expresse d'en faire la demande au Comité Directeur, afin que celui-ci puisse informer l'animateur et le responsable de cours. **Cet essai ne pourra pas avoir lieu si le cours est déjà complet, et ceci pour des raisons de sécurité et de confort.**
8. Les responsables de cours sont désignés pour vérifier les listes et les présences, récupérer les documents administratifs, faire part au Comité Directeur des problèmes rencontrés lors des cours, et informer les adhérents des différentes manifestations de l'association.
9. L'assurance étant obligatoire pour pratiquer cette activité, **le paiement des cours est exigé dès l'inscription.** L'assurance et la licence sont incluses dans le règlement. Le contrat d'assurance M.A.I.F. couvre la responsabilité civile des licenciés et intervient comme complémentaire aux remboursements éventuels de la Sécurité sociale et des Mutuelles. Il ne donne pas lieu au règlement d'indemnités journalières. Une assurance personnelle complémentaire est possible auprès de l'assurance de la GV.
10. **Le certificat médical est obligatoire.** Il devra être obligatoirement fourni avec l'inscription ou, au plus tard, à la reprise des cours. Si malgré cette exigence, le certificat médical n'est pas fourni, le Comité Directeur se déchargera de toute responsabilité vis-à-vis de l'adhérent défaillant.
11. L'Association n'est pas responsable des vols durant les activités.

REPRISE DES COURS LUNDI 21 SEPTEMBRE 2015

GV CLAIX - PREVISION COURS SAISON 2015-2016

Tableaux établis le 10/06/2015

| N° Cours | Jour | Heure | Lieu | Description | Animation | Responsable de cours |
|----------|----------|---------------|---------------------|---|----------------------|----------------------------------|
| 1 | Lundi | 10h20 – 11h20 | Pont Rouge | Cours en extérieur | Laurence Morel | Françoise et JF Berthet |
| 2 | Lundi | 10h40 – 11h40 | Parc de la Bâtie | Acti'March' | Françoise Fontaine | Jacqueline Brouchon |
| 3 | Lundi | 13h30 - 14h30 | SdF Pont Rouge | Step - Renforcement musculaire et étirements | M. Françoise Roumezy | Gabrielle Oriol |
| 4 | Lundi | 14h30 - 15h30 | SdF Pont Rouge | Stretching Postural® - Connaître et maîtriser son corps | Laurence Morel | Christine Drevet |
| 5 | Lundi | 18h30 – 19h30 | Gymnase de la Bâtie | Cardio-Renforcement musculaire - Divers exercices | Françoise Fontaine | Pierre Fontaine |
| 6 | Mardi | 8h30 – 9h30 | SdF Pont Rouge | Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements | Monique Colas | H. Brunel et M.L. Antolini |
| 7 | Mardi | 9h35 – 10h35 | SdF Pont Rouge | Cours Séniors | Monique Colas | Mireille Bof |
| 8 | Mardi | 10h40 - 11h40 | SdF Pont Rouge | Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements | Monique Colas | Suzanne Milési |
| 9 | Mardi | 18h15 -19h15 | Gymnase de la Bâtie | Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements | Monique Colas | Catherine Clot Godard |
| 10 | Mardi | 19h20 – 20h20 | Gymnase de la Bâtie | Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements | Monique Colas | Annie Chiantia |
| 11 | Mercredi | 11h00 – 12h00 | Parc de la Bâtie | Acti'March' | Françoise Fontaine | Annie Chiantia et Huguette Blanc |
| 12 | Mercredi | 13h30 - 14h30 | Gymnase de la Bâtie | Cours Enfants 9-11ans | Linda Dubois | Le Comité Directeur |
| 13 | Mercredi | 14h30 - 15h30 | Gymnase de la Bâtie | Cours Enfants 6-8 ans | Linda Dubois | Le Comité Directeur |
| 14 | Mercredi | 15h30 – 16h30 | Gymnase de la Bâtie | Cours Enfants 3-5 ans | Linda Dubois | Le Comité Directeur |
| 15 | Mercredi | 18h30 - 19h30 | Gymnase de la Bâtie | Cours Step - Etirements | M. Françoise Roumezy | Nathalie Zucaro |
| 16 | Mercredi | 19h30 – 20h30 | Gymnase de la Bâtie | Cours dynamique -Renforcement Musculaire | M. Françoise Roumezy | Christine Simoens |
| 17 | Jeudi | 9h00 – 10h00 | SdF du Bourg | Remise en forme complète - Renf. musculaire et cardio | Régis Ségor | H.Brunel et F. Berthet |
| 18 | Jeudi | 10h15 – 11h15 | SdF du Bourg | Cours Séniors | Régis Ségor | M.Varanfrain et R. Varlet |
| 19 | Jeudi | 18h30 – 19h30 | SdF Pont Rouge | Cours dynamique -Renforcement Musculaire | M. Françoise Roumezy | Brigitte Bernard |
| 20 | Jeudi | 19h30 – 20h30 | SdF Pont Rouge | Remise en forme complète- Renf. musculaire et cardio | Régis Ségor | Marie Claude d'Adhémar |
| 21 | Vendredi | 9h00 – 10h00 | Pont Rouge | Cours en extérieur | Laurence Morel | Jean François Berthet |
| 22 | Vendredi | 9h00 – 10h00 | SdF du Bourg | Remise en forme complète- Renf. musculaire et cardio | Régis Ségor | Marie Claire Balmain |

Nouveaux cours prévus pour la saison prochaine

| N° Cours | Jour | Heure | Lieu | Description | Animation | Responsable de cours |
|----------|-------|---------------|-----------------|---|----------------|----------------------|
| 23 | Lundi | 12h00 -13h00 | Piscine Varcès | Aquagym en petit bassin | Monique Colas | à désigner |
| 24 | Mardi | 12h00 -13h00 | Piscine Varcès | Aquagym en petit bassin | Monique Colas | à désigner |
| 25 | Mardi | 19h45-20h45 | SdF Bourg | Yoga | Odile Moreau | à désigner |
| 26 | Jeudi | 12h00 -13h00 | SdF Pont Rouge | Yoga | Odile Moreau | à désigner |
| 27 | Jeudi | 13h00 - 14h00 | SdF Pont Rouge | Stretching Postural® - Connaître et maîtriser son corps | Laurence Morel | à désigner |
| 28 | Jeudi | 18h30 - 19h30 | Ecole Malhivert | Yoga | Odile Moreau | à désigner |

Note importante : Les horaires et les lieux indiqués sont susceptibles de recevoir quelques modifications (surtout pour les nouveaux cours de cette saison 2015/2016) en fonction des créneaux que les services de la mairie pourront nous accorder.

Les informations sur les éventuelles modifications vous seront données dans le courant de l'été, dès qu'elles seront disponibles.