

**FICHE D’INSCRIPTION saison 2014/2015 - ASEC Activités Sportives Educatives & Culturelle**

Tél. 03 85 34.40 66 (bureau) - 06 16 40 93 67 (Ghislaine) **-** [asec@orange.fr-](mailto:asec@orange.fr-)

**MARCHE NORDIQUE - GYM COOL / TONIC – GYM DYNAMIC-SENIOR-**

**Programme MULTI-ACTIVITES PERSONNE EN SURPOIDS**

Nom :...........................................Prénom :....................................Date de naissance :........................

Adresse postale…………………………………………………………………………………………….......

…………………………………………………………………………………………………………………….

Tél. portable :................................................... Tél.fixe : …................................................

E-mail :………………………………………………………………………………………….........

Problème de santé à signaler :………………………………………………………………….......

***Merci de bien vouloir cocher la formule choisie***

* **Forfait illimité marche nordique : …................................................................... 268 €**

|  |
| --- |
| Nombre de chèques |
| Sept. |
| oct. |
| nov. |
| déc. |
| Total chèques |
| ANCV10€ : |
| ANCV 20€ : |
| Licence/adhésion |
| Visite médicale 4 € |

Lundi **\* - \*\*** Mercredi **\*** Mardi **\*\* - \*\*\*** Jeudi **\*\* - \*\*\***

Soit 7.65 € par semaine pour 1 à 5 séances de 2 h

* **Forfait marche nordique samedi matin …..................................................... 233 €**

Tous niveaux répartis/2 groupes & avec 2 encadrements pro

Soit 30 séances de 2 h

* **Forfait COMPLET « Sportez-vous bien» ….....................................................418 €**

Marche Nordique illimitée + Gym COOL/TONIC

Ou Gym DYNAMIC-SENIOR

Soit 11.94 € par semaine pour 2 à 6 séances/semaine

* **Forfait Gym COOL /TONIC …...........................................................................202 €**

Soit 30 séances de 1 h – les lundis à 18h00

* **Forfait Gym DYNAMIC-SENIORS.....................................................................202 €**

Soit 30 séances de 1 h – les mardis à 9h15

* **Location bâtons à la séance ….......................................................................... 2 €**
* **Initiation Marche Nordique …......................................................................... 15 €**

Bâtons compris pour une séance de 2h

* **Programme multi activités personnes en surpoids......................................150 €**

Voir fiche annexe

**Obligatoire** : Licence fédérale 24,30 € + 23,50 € adhésion ASEC **=** **47,80 € par chèque bancaire séparé IMPERATIF : le certificat médical est à fournir à l’inscription.**

**Visite médicale OMS 03.85.38.06.14 (4€ chèque à ASEC)**

***Je certifie avoir pris connaissance du règlement de l’ASEC dont copie m’a été remise et déclare l’accepter.***

***Fait à ……………………………… le ……………………………..***

***Signature :***