

# GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE L'ISLE ADAM / PARMAIN

## SAISON 2024 / 2025

NOM :

PRENOM :

NOUVELLE ADHESION

RENOUVELLEMENT - N° DE LICENCE :

LUNDI				
	10h30 à 11h30	1 h	GYM DOUCE	Polyvalente
	12h30 à 13h15	0 h 45	ENTRETIEN	Polyvalente
	14h00 à 15h00	1 h	ETIREMENTS	Polyvalente
	15h00 à 16h00	1 h	FIT BALL	Polyvalente
	18h00 à 19h00	1 h	FIT DANCE	Polyvalente
COMPLET	19h00 à 20h00	1 h	TONIQUE	Polyvalente
COMPLET	20h00 à 21h00	1 h	PILATES / FITNESS	Polyvalente

MERCREDI				
	9h00 à 10h00	1 h	ENTRETIEN	Polyvalente
	10h00 à 11h00	1 h	ETIREMENTS	Polyvalente
	12h30 à 13h15	0 h 45	TONIQUE	Polyvalente
	19h00 à 20h00	1 h	TONIQUE	Cafétéria
	20h00 à 21h00	1 h	LIA	Cafétéria

MARDI				
	10h30 à 11h30	1 h	PILATES	Polyvalente
	11h30 à 12h30	1 h	YOGA	Polyvalente
	12h30 à 13h15	0 h 45	PILATES	Polyvalente
	14h00 à 15h00	1 h	ENTRETIEN	Polyvalente
COMPLET	15h00 à 16h00	1 h	LINE DANCE	Polyvalente
	16h00 à 17h00	1 h	TAI-CHI	Polyvalente
	17h00 à 18h00	1 h	ETIREMENTS	Polyvalente
	18h30 à 19h30	1 h	ENTRETIEN	Polyvalente
COMPLET	19h30 à 20h30	1 h	PILATES	Polyvalente

JEUDI				
	10h30 à 11h30	1 h	GYM DOUCE	Polyvalente
	11h30 à 12h30	1 h	PILATES	Polyvalente
	12h30 à 13h15	0 h 45	TONIQUE (HIIT)	Polyvalente
	14h00 à 15h00	1 h	ENTRETIEN	Polyvalente
	15h00 à 16h00	1 h	ETIREMENTS	Polyvalente
	16h00 à 17h30	1 h 1/2	BIEN VEILLIR	Polyvalente
COMPLET	19h00 à 20h00	1 h	PILATES	Polyvalente
COMPLET	20h00 à 21h00	1 h	PILATES	Polyvalente

### FORFAITS ANNUELS

FORFAIT 1H A 2H45	FORFAIT 3H A 4H45	FORFAIT 5 H ET PLUS	FORFAIT PACK MIDI
125 €	165 €	200 €	150 € pour les 4 cours

### CALCUL COTISATION ANNUELLE (NON REMBOURSABLE)

NOMBRE D'HEURES + FORFAIT	H	
LICENCE OBLIGATOIRE (si licence extérieure - photocopie)	28,00 €	28,00 €
LICENCE OBLIGATOIRE (moins de 18 ans)	22,00 €	
Assurance complémentaire facultative	11,00 €	
<b>TOTAL A REGLER</b>		

#### LIEU DES COURS

*Centre Sportif Amélie Mauresmo  
1, allée du Docteur Jean Cailleux  
95290 L'ISLE-ADAM*

#### MINEURS DE 14 A 16 ANS

*Présence obligatoire d'un parent inscrit  
au même cours*



#### PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

#### REPRISE DES COURS

<i>Polyvalente</i>	<i>Mercredi 11/09/2024</i>
<i>Cafétéria</i>	<i>Mercredi 11/09/2024</i>
<b>FIN DES COURS</b>	<b>Jeudi 26/06/2025</b>

Réservé GVIAP

JG	NT	CODEP	MERCI D'APPORTER VOTRE PROPRE TAPIS ANTI-GLISSE
----	----	-------	---

