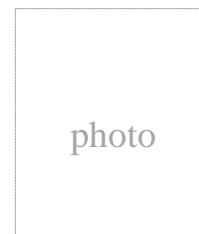


# MARCQ'ENERGYM

## Fiche d'inscription 2018 / 2019

Attention : Clôture des inscriptions le 30 septembre 2018



### Reprise des cours : le mardi 11 septembre 2018

Nouvel Adhèrent

Renouvellement

i n t e r n e	Liste :	
	mail :	
	certif	

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

e-mail : \_\_\_\_\_ (merci d'écrire très lisiblement)

Si vous ne possédez pas de mail personnel merci d'indiquer l'adresse mail d'un proche susceptible de vous faire parvenir les messages

### Prix de la cotisation annuelle :

La cotisation donne accès à tous les cours

**Extérieurs 95 €**

**Marcquois 90 €**

Si vous désirez une **attestation de sport**, merci de cocher cette case

Merci de fournir l'ensemble de ces éléments (**impérativement en une seule fois**)

- ◇ Cette **fiche d'inscription** dûment remplie
- ◇ **Un chèque** à l'ordre de **MARCQ'ENERGYM** - Possibilité de payer en 3 fois (pas de centimes)
- ◇ **Un certificat médical d'aptitude à l'activité choisie OBLIGATOIRE**  
l'ensemble du dossier est à remettre à votre animateur(trice).

Pour les cours, il est conseillé d'apporter une bouteille d'eau et une serviette pour l'hygiène sur les tapis de sol. La tenue habituelle recommandée est : baskets/survêtement/tee-shirt.

Pour toutes informations complémentaires, vous pouvez nous contacter :

☎: Brigitte MUZAS : 06.15.35.60.40– Maryvonne SAUVETON : 01.34.87.47.22

à la salle des fêtes de Marcq pendant les cours

✉: marcq\_energym@yahoo.fr



### Horaires des cours :

<b>Mardi :</b>	<b>09h15</b>	avec Sébastien	<b>Gym douce</b>	(1 heure)
	<b>18h30</b>	avec Raphaëlle	<b>Pilates</b>	(1 heure)
	<b>19h30</b>	avec Raphaëlle	<b>Gym, renforcement musculaire</b>	(1 heure)
<b>Mercredi :</b>	<b>19h00</b>	avec Raphaëlle :	<b>Zumba</b>	(¾ heure)
	<b>19h45</b>	avec Raphaëlle :	<b>Steps/fitness/cardio</b>	(¾ heure)
<b>Jeudi :</b>	<b>09h15</b>	avec Joëlle	<b>Gym, renforcement musculaire</b>	(1 heure)
	<b>10h30</b>	avec Séverine	<b>Pilates niveau 1</b>	(1 heure)
	<b>20 h30</b>	avec Raphaëlle	<b>Gym, renforcement musculaire</b>	(1 heure)

*Pas de cours pendant les vacances scolaires*