

ACTIVITES			TARIFS	A PAYER
TOUTES ACTIVITES : GYMNASTIQUE + MARCHÉ NORDIQUE + RANDONNEES	Forfait annuel (221 € + 34 € de licence et cotisations)		de septembre à juin	255 €
	Forfait par période (57 € par période + 34 € de licence et cotisations à ne payer qu'une fois par an)	Entre 2 petites vacances scolaires période 1 : septembre / octobre période 2 : novembre / décembre période 3 : janvier / février période 4 : mars / avril période 5 : mai / juin		une période
				une période supplémentaire
RANDONNEES SANS GYM	Forfait annuel		de septembre à juin	48 €
TOTAL A REGLER				

☐ Demande d'attestation de paiement

☐ ANCIEN ADHERENT
☐ NOUVEL ADHERENT

SEXE
☐ F
☐ M

☐ M
☐ Mme
☐ Mlle

NOM : NOM DE NAISSANCE :

PRENOM : DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE MAIL :

ADRESSE :

CODE POSTAL :VILLE :

N° DE TELEPHONE :

Je déclare avoir pris connaissance du **règlement intérieur** et des informations sur l'adhésion et m'engage à les suivre.

Je m'engage à respecter les protocoles sanitaires en vigueur.

Le règlement est consultable dans les documents mis à la disposition des adhérents dans la salle d'échauffement de l'Aréna, au gymnase Mimoun et sur notre site <http://www.usmgv.fr/>

DATE :/...../.....

SIGNATURE

Pour vous inscrire, il faut fournir

- la feuille d'inscription (papier ou en ligne)
- 1 photo (pour les nouveaux)
- un questionnaire de santé
- la cotisation

Règlement de la cotisation :

par prélèvement : en vous connectant sur notre site, vous serez redirigé pour l'inscription sur l'application « Mon Club ».

- par **prélèvement** en une fois
- par **10** prélèvements mensuels de **26€** pour la cotisation annuelle

par virement : uniquement en un **seul virement** en précisant bien vos **nom et prénom** en commentaire du virement pour nous permettre de vous identifier :

BIC : CMCIFR2A - IBAN : FR76 1027 8061 2100 0205 4880 313.

par chèque à l'ordre de « **gym volontaire USMG** » à remettre à l'animateur ou à une personne du bureau.

JOUR	HORAIRE	SALLE	SEANCE
LUNDI	14h30/15h45	Forêt Bondy	Marche nordique
LUNDI	20h00/21h00	A. Mimoun	Cardio/Renforcement musculaire
MARDI	12h00/13h00	Aréna	Renforcement musculaire/Stretching
MARDI	18h45/19h45	Aréna	Cardio Energy
MARDI	20h00/21h30	Aréna	Fitness
MERCREDI	19h45/20h45	Aréna	Pilates fusion
JEUDI	12h00/13h00	Aréna	Gym douce
JEUDI	14h45/16h00	Forêt Bondy	Marche nordique
JEUDI	18h30/19h30	Aréna	Renforcement musculaire
JEUDI	20h00/21h30	Aréna	Fitness
VENDREDI	18h30/19h30	A. Mimoun	Inspiration Pilates/stretching
SAMEDI	9h30/10h30	A. Mimoun	Renforcement musculaire
DIMANCHE	10h30/11h30	Aréna	Cardio/Renforcement musculaire

Pour nous contacter : utilisez l'onglet « contact » du site www.usmggv.fr ou par mail contact@usmggv.fr.

