



**Tarifs section Fitness AGM 2018 - 2019**

<b>fitness</b>	
gym dynamique minceur	
Gym Entretien	
cardio Fit	
Stretching	
gym entretien	
Step	
renfo cardio	<b>220,00 €</b>
Body-zen	
body training	
stretching	
Total Body Challenge	
Cardio Fit	
Abdo Legs Workoout	
ABS Workout Strechlates	
Hit Fit training	
<b>pilates</b>	<b>208,00 €</b>
<b>zumba</b>	<b>208,00 €</b>
<b>street dance</b>	<b>208,00 €</b>
<b>pilates senior</b>	<b>208,00 €</b>
<b>2 activités</b>	<b>-33%</b>
<b>3 activités</b>	<b>-44%</b>
<b>4 activités</b>	<b>-47%</b>
<b>5 activités : nous consulter</b>	



<b>Section Fitness AGM saison 2018/2019</b>				
jour	heures	intitulé du cours	professeur	salle
lundi	10h15-11h15	gym dynamique minceur	Edouard	loisirs
	12h15-13h15	Pilates	Maud	loisirs
	17h15-18h15	Gym Entretien		
	18h15-19h15	cardio Fit	Véronique	loisirs
	19h15-20h00	Stretching		
Mardi	9h15-10h15	gym entretien	Véronique	loisirs
	19h30-20h30	Pilates	Maud	loisirs
	20h30-21h30	Body-zen		
Mercredi	09h15-10h15	body training		
	10h15-11h15	stretching		
	17h45-18h45	Total Body Challenge	Véronique	loisirs
	18h45-19h45	Cardio Fit		
	19h45-20h45	Pilates		
Jeudi	9h15-10h15	Abdo Legs Workoout	Véronique	loisirs
	10h30-11h15	Pilates Senior	Pheakdey	
	11h15-12h00	Pilates Senior		
	12h15-13h15	ABS Workout Strechlates	Véronique	
	17h45-18h45	Street dance 12-16 ans	Paméla	
	18h45-19h45	Street dance +16 ans		
	18h00 - 19h00	STEP		Mamie Chauvin
	19h00 - 20h00	RENFO CARDIO	Pheakdey	
Vendredi	9h15-10h15	Hit Fit training	Véronique	loisirs
	19h30-20h30	Zumba	Ingrid	
	20h30-21h30	Zumba		
Samedi	9h00-10h00	Pilates	Anne	loisirs
	10h00-11h00	Steps		
	11h00-12h00	Body Zen		danse

Nous vous rappelons que le règlement en trois fois n'est pas une inscription au trimestre mais une facilité de paiement. L'adhésion au cours est définitive et non remboursable

**INFORMATIONS PRATIQUES**

POUR DES RAISONS DE SECURITE, seules les personnes ayant remis leur DOSSIER D'INSCRIPTION COMPLET et ayant reçu un coupon d'inscription SONT AUTORISEES A ACCEDER AUX COURS

L'accès aux cours de ZUMBA, PILATES, PILATES SENIOR et STREET DANCE ne fait pas partie du forfait FITNESS.

L'accès aux cours de Fitness est réservé aux adultes (PLUS DE 18 ANS).

Les cours pendant les vacances scolaires ne sont pas garantis.

Prévoir un tapis de sol pour les activités de FITNESS et un survêtement pour le STRETCHING et le PILATES en période hivernale.

Par mesure d'hygiène, les chaussures pour l'accès à la salle de sport doivent OBLIGATOIREMENT être propres et changées avant d'entrer en salle.

## Correspondants de section

### FITNESS, ZUMBA, PILATES, PILATES SENIOR

Jean-Michel Ordronneau, président

Tél 02-40-65-72-70

email [fitness.agm@gmail.com](mailto:fitness.agm@gmail.com)

Marie Ordronneau, responsable des salariés

Tél 02-40-65-83-15

email [fitness.agm@gmail.com](mailto:fitness.agm@gmail.com)

## Informations et dates à retenir

- **Inscriptions en ligne sur** : <https://agm.comiti-sport.fr>
- **Tous les détails sur la page fitness du site internet** : <http://www.agm-lamontagne.fr/presentation-fitness>
- **Inscriptions de visu (dépôt obligatoire des dossiers complets avant la reprise des cours)** : le mercredi 05 et vendredi 07 septembre de 18h00 à 20h00. A l'étage du CSL (Complexe Sportif Francis Lespinet, La Montagne)
- **Reprise des cours : le lundi 17 septembre 2018.**



Pour plusieurs adhérents de la même famille (et même adresse) au sein de l'association, l'AGM vous remettra des chèques cadhoc (15 euros pour 2 inscrits, 30 euros pour 3 et 45 pour 4). Pour en bénéficier :

- envoyer un mail à [comitedirecteur.agm@gmail.com](mailto:comitedirecteur.agm@gmail.com) en précisant numéros d'adhérent, nom et prénoms, adresse et sections avant le 31/12/2018.



## ATTESTATION D'INSCRIPTION 2018/2019

Je soussigné, Jean-Michel Ordronneau, Président de l'Association Gymnique de La Montagne (AGM), reconnais avoir reçu de la part

de : .....

La somme de .....€ en règlement de la cotisation annuelle 2018/2019 pour la pratique

de : .....

.....

Pour (nom, prénom).....

Fait à La Montagne, le

Le Président Jean-Michel Ordronneau

**AUCUN DUPLICATA DE CE DOCUMENT NE SERA FOURNI. MERCI DE FAIRE LES COPIES NECESSAIRES (COMITE D'ENTREPRISE, ETC)**

**POUR RAPPEL : LA CARTE D'ADHERENT EST A CONSERVER. ELLE SERT DE JUSTIFICATIF D'ADHESION A L'AGM ET EST A PRESENTER EN CAS DE CONTROLE DURANT LES COURS.**