

# ANIM'AGE

## GYM SESSION

### Fiche d'inscription 2019/2020

Nom : ..... Prénom : .....  
Adresse : .....  
Téléphone : ..... Mail : .....

#### Pour mieux vous connaître

Pratiquez-vous déjà une activité physique ? Oui . non .

Avez-vous ou avez-vous eu des problèmes de santé (cardiaque, dos, articulations, autre), chirurgie (opératoire, réparatrice, autre) ? .....

Précisez : .....

Comment avez-vous connu l'association ? .....

#### Questionnaire de santé

Répondez aux questions suivantes par oui ou par non	OUI	NON
<b>Durant les 12 derniers mois</b>		
Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?		
Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?		
Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?		
Avez-vous eu une perte de connaissance ?		
Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?		
Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?		
<b>A ce jour</b>		
Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc) survenu durant les 12 derniers mois ?		
Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?		
Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?		

# ANIM'AGE

## GYM SESSION

### Tarifs et règlement (cocher la formule)

Abonnements	Adhésion à l'association
GYM	<input type="checkbox"/> 20€ pour l'année (à régler par chèque séparément)  Le règlement compte 60€ d'arrhes non remboursables, le reste peut-être remboursé uniquement sur justificatif d'arrêt longue maladie ou de déménagement hors région.
<input type="checkbox"/> 1h par semaine : 230€ <input type="checkbox"/> 2h par semaine : 340€ <input type="checkbox"/> 3h par semaine : 430€	
PILATES	
<input type="checkbox"/> 1h par semaine : 270€ <input type="checkbox"/> 2h par semaine : 390€	
GYM + PILATES	
<input type="checkbox"/> 1h de gym + 1h de Pilates : 370€ <input type="checkbox"/> 2h de gym + 1h de Pilates : 455€ <input type="checkbox"/> 1h de gym + 2h de Pilates : 470€	

- Paiement en 1 fois (      €)
- Paiement en 3 fois (      €)
- Tarif préférentiel de 20 % pour les locataires et les salariés de LogiOuest (      €)  
Joindre un justificatif

Les cours se faisant par petits groupes (14 personnes maxi), merci de préciser le jour et l'horaire du ou des cours demandé.s.

**Fiche à remettre remplie et signée, accompagnée du règlement**

Fait à .....

Le .....

- J'ai lu et approuvé le règlement intérieur affiché à l'entrée du studio

**Signature**

# ANIM'AGE

## GYM SESSION

### Pièces à fournir

- Fiche d'inscription complète
- Photo d'identité
- Règlement de l'abonnement par espèce ou par chèque
- Chèque de 20€ pour l'adhésion à Anim'age
- Un certificat médical datant de moins de 3 ans pour la pratique d'une activité physique

### Planning des cours

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			10h-11h Gym Active Senior	10h30-11h30 Gym Douce Senior
	10h30 - 11h30 Pilates		11h-12h Body Zen	11h30-12h30 Stretching
12h30-13h30 Gym Renfo	12h15-13h15 Gym Active			12h30-13h30 Body Zen
				14h - 15h Pilates
			18h15-19h15 Gym Douce	15h-16h Gym Douce
19h30-20h30 Gym Douce			19h15-20h15 Gym Renfo	

Par mesure d'hygiène, merci de vous munir d'une paire de chaussures réservée à la pratique du sport en salle.