

ANIM'AGE

GYM SESSION

Fiche d'inscription 20.../20...

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
Durant les 12 derniers mois		
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) ?		
A ce jour		
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 et préciser le jours et horaire du-des cour.s. souhaité.s.)

Abonnements 33 séances	Adhésion à l'association
GYM	<input type="checkbox"/> 20€ pour l'année (à régler par chèque séparément)
<input type="checkbox"/> 1 séance par semaine : 230€ / soit moins de 7€ la séance	<input type="checkbox"/> 15€ tarif réduit (demandeur d'emploi, étudiant) (à régler par chèque séparément)
<input type="checkbox"/> 2 séances par semaine : 340€	Le règlement compte 70€ d'arrhes non remboursables, le reste peut-être remboursé uniquement sur justificatif d'arrêt longue maladie ou de déménagement hors région.
<input type="checkbox"/> 3 séances par semaine : 430€	
PILATES & BODY ZEN	
<input type="checkbox"/> 1 séance par semaine : 270€ soit 8€18 la séance	<input type="checkbox"/> Abonnement vidéo en visio avec l'application Zoom (sur tél, tablette ou ordinateur) PILATES & BODY ZEN
<input type="checkbox"/> 2 séances par semaine : 390€	
GYM + PILATES & BODY ZEN	1 séance par semaine : 350 € soit 10€60 la séance
<input type="checkbox"/> 1 séance gym +1 s. de Pilates/Body Zen : 370€	2 séances/sem. 560 € soit 8€48 la séance
<input type="checkbox"/> 2 s. de gym + 1 s. de Pilates/Body Zen : 455€	<input type="checkbox"/> Coaching (tarif dégressif dès la 2ème séance) 35 € la séance individuelle
<input type="checkbox"/> 1 s. de gym + 2 s. de Pilates/Body Zen : 470€	25 € en duo-trio 15 € la séance en groupe

- Paiement en 1 fois (€)
- Paiement en 3 fois (€)
- Tarif préférentiel de 20 % pour les locataires et les salariés de LogiOuest (€) ainsi que pour les demandeurs d'emploi. Joindre un justificatif (daté de moins de 3 mois)

Toute inscription suppose l'acceptation sans réserve des Conditions Générales et du règlement intérieur du Studio par le participant.

Les cours se font par petits groupes (10 personnes maxi), merci de préciser le jour et l'horaire du ou des cours demandé.s.

Cours de Jours : Horaires:

Fiche à remettre remplie et signée, accompagnée du règlement

Fait à

Le

Signature

ANIM'AGE

GYM SESSION

Pièces à fournir

- Fiche d'inscription complète
- Photo d'identité
- Règlement de l'abonnement par espèces ou par chèque
- Chèque 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

Sous réserve de modification

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h-10h45 Gym Douce			10h-10h45 Gym Douce		10h-10h45 Stretching
11h-11h45 Body Zen	10h30-11h15 Pilates		11h-11h45 Body Zen	11h-11h45 Stretching	11h-11h45 Pilates
12h30-13h15 Pilates	12h30-13h15 Pilates		12h30-13h15 Pilates	12h30-13h15 Body Zen	12h-12h45 Body Zen
				14h - 14h45 Pilates	
				15h-15h45 Gym Renfo	15h-15h45 Pilates (Visio)
17h30-18h15 Stretching		17h30-18h15 Gym Douce	17h30-18h15 Body Zen	17h30-18h15 Body Zen	16h-16h45 Body Zen (Visio)
18h30-19h15 Pilates		18h30-19h15 Pilates	18h30-19h15 Pilates	18h30-19h15 Pilates	
19h30-20h15 Pilates	19h30-20h15 Pilates	19h30-20h15 Pilates	19h30-20h15 Pilates	19h30-20h15 Pilates	

Anim'age – 5 avenue de Smyrne – Nantes – Tél : 06 23 82 68 43