

***Gym / Bien-Etre / Fitness***

Certificat médical ou questionnaire de santé obligatoire

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Elodie** |  |  |  |  |
| GYM ACTIVE | Lundi | 14h00 à 15h00 | LE NOIR | C3 |
| GYM DOUCE | Lundi | 15h15 à 16h15 | LE NOIR | C4 |
| GYM DOUCE | Lundi | 17h00 à 18h00 | ASPTT | C5 |
| FITNESS « bien être » | Lundi | 18h00 à 19h00 | ASPTT | C6 |
| FITNESS / STEP « bien être » | Lundi | 19h00 à 20h00 | ASPTT | C7 |
| STRETCHING / YOGA | Mardi | 9h00 à 10h00 | ASPTT | C8 |
| STRETCHING / YOGA | Mardi | 10h00 à 11h00 | ASPTT | C9 |
| STRETCHING / YOGA | Mardi | 11h00 à 12h00 | ASPTT | C10 |
| GYM ACTIVE | Jeudi |  9h00 à 10h00 | ASPTT | C17 |
| GYM ACTIVE | Jeudi | 10h15 à 11h15 | ASPTT | C18 |
|  |  |  |  |  |
| **Quentin** |  |  |  |  |
| GYM ACTIVE | Lundi | 9h00 à 10h00 | ASPTT | C19 |
| GYM ACTIVE | Mercredi | 9h00 à 10h00 | ASPTT | C12 |
|  |  |  |  |  |
| GYM. ADAPTEE SPORT SANTE | Lundi | 10h00 à 11h00 | ASPTT | C1 |
| Activité Physique Adaptée - Cancer  | Lundi | 11h00 à 12h00 | ASPTT | C2 |
| GYM. ADAPTEE SPORT SANTE | Mercredi | 10h00 à 11h00 | ASPTT | C13 |
| GYM. ADAPTEE SPORT SANTE | Mercredi | 11h00 à 12h00 | ASPTT | C14 |

**TARIFS ANNUELS : Licence ASPTT** (assurance) **22 €** (chèque à l’ordre de l’ASPTT Siège)

La licence n’est à régler qu’une seule fois, quel que soit le nombre d’activités pratiquées à l’ASPTT.

**Cotisation GYM à l’année** :

1 heure/semaine 85€

2 heures/semaine 135€

3 heures/semaine 150€

**Cotisation GYM** **Adaptée Sport Santé à l’année** : Prescription médicale obligatoire

2 heures/semaine 85€

(dont 1 heure de Gym Adaptée Sport Santé)