

# DOSSIER D'INSCRIPTION

## Documents à fournir :

- La présente fiche d'inscription ;
- Le ou les chèque(s) de règlement libellé(s) à ARC EN CIEL ;  
(Rappel : les chèques ne peuvent pas être postdatés)
- Les conditions d'adhésion à signer ;
- Le questionnaire de santé ou un certificat médical si vous avez coché au moins une case « oui » sur le questionnaire de santé ;
- Le justificatif de demandeur d'emploi, étudiant ou handicap nécessaire pour bénéficier du tarif réduit.

*Si vous n'avez pas d'adresse mail :*

- 2 enveloppes 16x23 (1/2 format) timbrées au tarif jusqu'à 100 g ;  
Ces enveloppes nous permettent de vous adresser la convocation à l'Assemblée Générale et les documents d'inscription pour l'année suivante.

**Aucun document ne pourra être transmis si vous ne fournissez pas ces enveloppes.**

**Association ARC EN CIEL**  
Gymnastique Volontaire du Val d'Ornay  
9, rue Charles Péguy - 85000 LA ROCHE SUR YON

**E-mail :** [arcenciel.gv@gmail.com](mailto:arcenciel.gv@gmail.com)

**Site web :** [www.arcenciel-gv.fr](http://www.arcenciel-gv.fr)

**Facebook :** <https://www.facebook.com/gymarcenciel85>

**Contacts :** 07 66 37 13 09

**DEBUT DES COURS**  
**Lundi 2 Septembre 2024**



Saison 2024/2025



## FICHE D'INSCRIPTION

**NOM** ..... **PRENOM** : .....

**NOM DE NAISSANCE** : .....

**DATE DE NAISSANCE** : \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

**ADRESSE POSTALE COMPLETE :**

.....  
.....  
.....

**TELEPHONE :**

**ADRESSE MAIL :**

*Veillez l'inscrire d'une écriture lisible (minuscule, majuscule, point, tiret)  
pour éviter toute erreur de retranscription*

.....@.....

### Cadre réservé à l'Association :

Nbre de cours	<input type="text"/>	REGLEMENT :	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	1 chq
Questionnaire de santé	<input type="checkbox"/>	CA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2 chq
Justificatif DE /Etudiant/Handicap	<input type="checkbox"/>	Enveloppes	<input type="checkbox"/>		
Assurance complémentaire	<input type="checkbox"/>				

## INSCRIPTIONS

<b>LUNDI</b> Corinne	<b>18h00 - 19h00</b> Gym Forme Salle Omnisports	<input type="checkbox"/>			
<b>LUNDI</b> Régine	<b>14h00 - 15h00</b> Gym Forme MQ Les Forges	<input type="checkbox"/>	<b>18h15 - 19h15</b> Gym Énergie (Oxygène) MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	<b>19h30 - 20h30</b> Gym Forme MQ Val d'Ornay
<b>LUNDI</b> Maryse			<b>16h00 - 17h30</b> Gym Santé (Bien être-Relaxation*) MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	
<b>LUNDI</b> Aurélie				<b>19h00 - 20h</b> Gym Énergie Salle de sports Laënnec	<input type="checkbox"/>
<b>MARDI</b> Régine	<b>9h15 - 10h15</b> Gym Forme MQ St André	<input type="checkbox"/>	<b>10h30 - 11h30</b> Gym Forme MQ St André	<input type="checkbox"/>	
<b>MARDI</b> Régine			<b>18h00 - 19h00</b> Gym Santé APA MQ Les Forges	<input type="checkbox"/>	<b>19h15 - 20h15</b> BDZ-Pilates-Stretching * MQ Les Forges
<b>MARDI</b> Anne			<b>18h00 - 19h00</b> Pilates * MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	
<b>MERCREDI</b> Régine	<b>10h05 - 11h05</b> Gym Forme MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	<b>11h15 - 12h15</b> Gym Santé APA MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	<b>19h00 - 20h00</b> Pilates-Stretching * MQ Val d'Ornay
<b>MERCREDI</b> Pierre			<b>17h30 - 18h30</b> Gym Énergie Salle de sports Laënnec	<input type="checkbox"/>	
<b>MERCREDI</b> Anne				<b>18h45 - 20h15</b> Marche Nordique * Base : MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>
<b>JEUDI</b> Pierre			<b>18h30 - 19h30</b> Gym Énergie MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	<b>19h30 - 20h30</b> Fitness dansé MQ Val d'Ornay
<b>VENDREDI</b> Eric	<b>9h30 - 10h30</b> Gym Forme MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>			
<b>VENDREDI</b> Muriel	<b>10h45 - 11h45</b> Pilates * MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	<b>12h30 - 13h30</b> Gym Santé (Stretching) MQ Val d'Ornay	<input type="checkbox"/>	

**Gym forme** : gym d'entretien

**Gym énergie** : renforcement musculaire / cardio

Les cours dotés d'un \* sont des cours spécifiques

## Coûts Adhésions

TARIFS selon cours et nombre de séances	Adhésion Tarif normal	Adhésion Tarif réduit
<b>Cours GV ou Oxygène :</b>		
1 cours /semaine	110 €	85 €
2 cours /semaine	170 €	140 €
3 cours et plus /semaine	240 €	195 €
<b>Cours spécifiques *</b>		
Pilates - BodyZen / Pilates / Stretching - Bien-être & relaxation - Marche nordique	150 €	125 €
1 cours spécifique + 1 cours GV / semaine	210 €	180 €
1 cours spécifique + 2 cours GV / semaine	280 €	235 €
2 cours spécifiques / semaine	240 €	220 €
2 cours spécifique + 1 cours GV / semaine	310 €	275 €
<b>Note</b> : Cette grille de coûts d'adhésions n'est pas limitative. Renseignez-vous si vous souhaitez des cours supplémentaires, qui ne sont pas renseignés dans la grille.		

Pour information, le coût de la licence inclus dans le coût de l'adhésion est de **30,50 €**.

Votre licence ne sera plus envoyée par courrier.

Votre licence vous sera transmise automatiquement par e-mail.

Dans le cas contraire, votre licence ne sera disponible que sur demande auprès d'un membre du bureau.

Vous pouvez également opter lors de l'inscription pour une assurance complémentaire d'un coût de **12,80 €**. (voir conditions d'adhésion).