Actuel XV *Formulaire d'inscription* 2024 – 2025

Nom		Prénom	
Date naissance		Renouvellement	
Adresse			
Code postal		Ville	
Téléphone fixe		Portable	
Mail majuscules			

ADHESION OBLIGATOIRE (66 % déductibles des impôts de 2024) **53 €**

Inclus dans l'adhésion **Promenade nature**
Visites – restaurants – loisirs

COTISATIONS AUX ACTIVITES

Montant total des activités choisies en pages 1 et 2 +

Réduction famille : à compter de la 3e personne soustraire 40 % du tarif –

TOTAL =

Chèque à l'ordre d'ACTUEL XV
Virement à IBAN FR76 3000 3034 9400 0502 6000 793

SCRABBLE	parties libres	*mardi – vendredi*	*14 h – 18 h*	**40 €**
BRIDGE	parties libres	*mardi – mercredi – jeudi*	*14 h – 17 h*	**50 €**
	cours pour table de 4 joueurs : 15 € par personne			

RANDONNEE

Frais + assurance + licence fédération française de randonnée pédestre **50 €**
Déjà titulaire d'une licence FFRP dans un autre club avec justificatif **25 €**

Certificats médicaux Plongée *tous les ans*
Randonnée *à l'inscription*
attestation

Cadre réservé – ne rien inscrire *Date et signature*

36 rue Emeriau BL 5-33 – 75015 Paris
01 45 79 99 74
www.kananas.com/actuelxv1235/
actuelxv@orange.fr

Les horaires incluent les temps de déshabillage et habillage aux vestiaires

Piscine Mourlon

PLONGEE

Licence FFESSM et assurance comprises – matériel fourni – certificat médical < 3 mois obligatoire

Préparation / perfectionnement Matériel fourni – séance en fosse		*vendredi*	*20 h 15 – 22 h 30*	**300 €**	☐
Nage PMT (palmes-masque-tuba) Apnée – nage – aisance aquatique		*mercredi*	*19 h 15 – 20 h 30*	**190 €**	☐
Atelier jeunes à partir de 14 ans Plongée libre et bouteille		*mercredi*	*19 h 15 – 20 h 30*	**275 €**	☐
Encadrants				**80 €**	☐
NATATION	avec maître-nageur	*vendredi*	*18 h – 19 h*	**135 €**	☐
AQUAGYM	avec maître-nageur	*vendredi*	*19 h – 20 h*	**220 €**	☐
Natation + aquagym		*vendredi*	*18 h – 20 h*	**300 €**	☐

BADMINTON — Gymnase Keller

	mercredi	*19 h 15 – 21 h*	⬭
	jeudi	*19 h 30 – 22 h 30*	⬭
	samedi	*14 h – 16 h 30*	⬭
	samedi	*16 h 30 – 19 h*	⬭
1 séance par semaine			**205 €** ☐

GYMNASTIQUE — Gymnase Cévennes

Gymnastique douce	*lundi*	*17 h – 18 h*	⬭
	jeudi	*11 h – 12 h*	⬭
Gymnastique d'entretien	*lundi*	*18 h – 19 h*	⬭
	jeudi	*19 h – 20 h*	⬭
Santé et gymnastique	*samedi*	*10 h – 11 h*	⬭
Renforcement musculaire	*jeudi*	*12 h – 13 h*	⬭
Stretching	*lundi*	*19 h – 20 h*	⬭
	jeudi	*18 h – 19 h*	⬭
	samedi	*11 h – 12 h*	⬭
Pilates	*jeudi*	*17 h – 18 h*	⬭
	samedi	*12 h – 13 h*	⬭

Pour toute la gymnastique	1 séance par semaine	**175 €**	☐
	2 séances par semaine au choix	**275 €**	☐
	3 séances par semaine au choix	**365 €**	☐

YOGA — Gymnase Sablonnière

Yoga doux	*mardi*	*18 h – 19 h*	**250 €**	☐
Hatha yoga	*mardi*	*19 h – 20 h*	**250 €**	☐
Yogalates (Yoga / Pilates)	*jeudi*	*18 h – 19 h*	**250 €**	☐
Ashtanga yoga	*jeudi*	*19 h – 20 h 30*	**300 €**	☐
2 séances par semaine au choix			**350 €**	☐