

# FORMULAIRE PRÉ-INSCRIPTION ADULTE 2024/2025

(Une fiche par personne)

NOM : ..... PRÉNOM : ..... DATE DE NAISSANCE : .....

ADRESSE : ..... CP : ..... VILLE : .....

MAIL : ..... TELEPHONE : .....

Les activités et cours d'aquagym permettent de pratiquer une activité physique dans un milieu sécurisé, adapté aux attentes individuelles sans contrainte de pesanteur (contenu : échauffement, travail avec ou sans matériel, relaxation).

- 10 séances de 45 minutes.
- Pas de séance pendant les vacances scolaires de la zone B. Ni jour férié.
- En cas d'ouverture publique avant ou après votre cours, vous devez vous acquitter de son droit d'entrée.
- L'inscription est personnelle et ne peut en aucun cas être cédée à un tiers.
- Le port du bonnet de bain, douche savonnée est obligatoire.

## COURS AQUAGYM

Numéroté les activités choisies par ordre de préférence

(1 ; 2 ; 3 ...)

AQUA' DOUCE	Rythme adapté sur fond musical	lundi	16h15 > 17h00		
		Mardi	11h00 > 11h45		
		Vendredi	10h00 > 10h45		
AQUA' MODÉRÉ	Rythme modéré sur fond musical	lundi	15h00 > 15h45		
		mardi	16h30 > 17h15		
		jeudi	11h15 > 12h00		
		vendredi	11h15 > 12h00		
AQUA' TONIC	Rythme avec intensité sur fond musical	lundi	11h15 > 12h00		
		mardi	15h30 > 16h15		
		vendredi	15h00 > 15h45		
		samedi	9h00 > 9h45		
AQUA'MIX	Rythme avec intensité sur fond musical	lundi	19h00 > 19h45		
		jeudi	17h00 > 17h45		
			18h00 > 18h45		
AQUA'TRAINING	Rythme avec intensité sur de multiples ateliers sur fond musical	mardi	12h15 > 13h00		
		vendredi	19h00 > 19h45		

RÉSERVÉ À L'ADMINISTRATION :

DOSSIER REÇU LE ..... À .....

DOSSIER VALIDÉ .....  
PAR .....