

TONIC GYM

Comment s'inscrire ?

- ✓ Fiche d'inscription TONIC GYM à remplir et signer ;
- ✓ 2 photos (OU Carte d'adhérent+ 1 photo)
- ✓ Règlement cotisation : 60 € pour l'année (chèque ou espèces).

POUR ACCEDER AUX COURS VOTRE DOSSIER DEVRA ETRE COMPLET

Règlement intérieur:

- ✓ Cours accessibles à partir de 16 ans révolus
- ✓ Carte d'adhérent délivrée sur dossier d'inscription complet
- ✓ Accès aux cours sur présentation de la carte d'adhérent
- ✓ Accès aux cours interdit aux non adhérents et aux enfants
- ✓ Respect des locaux et du matériel utilisé
- ✓ Baskets propres et serviette obligatoires
- ✓ Tonic gym fournit le matériel nécessaire aux exercices

TONIC GYM

Maison de Quartier de Servenoble - Rue Pasteur - 38090 VILLEFONTAINE
www.tonicgym.fr

Association Loi de 1901

TONIC GYM

2023-2024



Nouveau : cours de ELGO Power !

RENFO. MUSCULAIRE

STEP

PILATES

STRETCHING

ZUMBA

CARDIO TRAINING

ELGO

Planning 2023-2024



	18H	19H	20H	21H
LUNDI	RM Evelyne	ELGO POWER Alicia	CARDIO TRAINING Alicia	
MARDI	ZUMBA Genny	RM Marie		
MERCREDI	PILATES Jennifer	STEP Carole	RM Carole	
JEUDI		STEP Virginie	RM Virginie	Stretch Virginie
VENDREDI	RM ttes animatrices			
	18H30	19H30	20H30	21H30

RM : renforcement musculaire

CARDIO TRAINING : RM cardio

ELGO : alliance de RM, danse et sensualité

ZUMBA : chorées sur rythmes latino ...

PILATES : gym douce alliant RM et respiration

STEP : chorégraphies sur une marche

STRETCHING : étirements

TONIC GYM

Lieu des cours :

Gymnase J. Anquetil à Villefontaine (Collège SERVENOBLE)

Démarrage des cours:

lundi 11 SEPTEMBRE 2023



Inscription:

- + **Envoyez votre dossier complet à :**
Virginie BLANCHARD
2175 RD 1085 -38300 ECLOSE-BADINIÈRES
 Envoi avant le 4 septembre pour être prioritaire
- + **Venez Au forum des associations :**
Samedi 9 septembre de 9h à 14h/
stade Carpentier à Villefontaine
- + **Lors des permanences au gymnase :**
Du 11 au 22 septembre au gymnase Anquetil
De 19h à 20 h du lundi au jeudi

FICHE D'INSCRIPTION 2023- 2024

PHOTO

NOM :

Prénom :

Date de naissance :

Si Mineur remplir autorisation parentale

Adresse :

.....

Tel. :

Email (obligatoire) :

Paiement : Chèque Espèces

Choix de 1 OU 2 cours pendant le 1er trimestre

INTITULE DU COURS	JOUR	HORAIRES

**Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'association TONIC GYM.
Je déclare détenir un certificat médical sans contre-indication à la pratique sportive et être assuré en responsabilité civile.**

J'autorise TONIC GYM à prendre les mesures nécessaires en cas d'accident.

Je dois faire savoir à Tonic Gym si je m'oppose à la diffusion d'images sur lesquelles je pourrai apparaître.

J'ai noté qu'aucun remboursement ne sera effectué sans justificatif médical et passé le délai du 31 octobre 2023.

Fait à Le

Signature (des parents pour les mineurs)

Précédée de la mention « Lu et approuvé »



TONIC GYM

Siège social : Maison de Quartier de Servenoble - Rue Pasteur - 38090 VILLEFONTAINE

www.tonicgym.fr

Association Loi de 1901