

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

2024-2025



Cours de : ELGO Power

RENFO. MUSCULAIRE

STEP

PILATES

STRETCHING

ZUMBA

CARDIO DANCE



Planning 2024-2025

	18H	19H	20H	21H
LUNDI		RM Evelyne	ELGO POWER Alicia	CARDIO DANCE Alicia
MARDI	ZUMBA Genny-Fatima	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 DANCE : DANCE 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 9 SEPTEMBRE 2024



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 7 septembre de 9h à 14h/
 stade Carpentier, quartier des Roches, à Villefontaine

➤ Lors des permanences au gymnase :

Du 9 au 19 septembre au gymnase Anquetil

De 19h à 20 h du lundi au jeudi



FICHE D'INSCRIPTION TONIC GYM 2024- 2025

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 2024.

Fait à Le

Signature (des parents pour les mineurs)

Précédée de la mention « Lu et approuvé »

Dossier complet à envoyer à Virginie BLANCHARD

2175 rd 1085 / 38300 ecluse badinières

