

# Gym sur Chaise

 **Adultes 2024.2025** 

**Pour les personnes seniors souhaitant une activité tout en douceur**

## **ANIMATION - ACCOMPAGNEMENT**

Faire de la gym sans se baisser, préserver et améliorer ses capacités physiques, stimuler ses aptitudes dans une ambiance détendue et conviviale.

Elle est animée par un éducateur sportif de l'École de Découverte des Sports du Bocage.

**Prévoir une tenue et des chaussures confortables.**

## **DURÉE - FRÉQUENCE - LIEU**

1 heure de séance (15h30 – 16h30)

Tous les vendredis hors vacances scolaires.

Résidence des Tilleuls St Aubin de Baubigné



## **CALENDRIER 2023 - 2024**

1ere séance le vendredi 13 septembre 2024 - Calendrier ci-joint

## **MODALITÉ D'INSCRIPTION ET RÈGLEMENT**

Adhérer au CSC du Pays Mauléonais et compléter la fiche d'inscription.

Possibilité d'un cours d'essai au démarrage de l'activité.

90 € pour l'année (possibilité de faire 3 chèques)



Plus d'infos sur [www.mauleonais.csc79.org](http://www.mauleonais.csc79.org) 

6 Grand'rue - 79700 Mauléon - tél 05 49 81 86 31

# INSCRIPTION

**Gym sur chaise 2024.2025\***

FICHE À COMPLÉTER ET À JOINDRE AU DOSSIER  
avec le règlement

Nom.....Prénom.....

Adresse .....

Commune .....

Tél \_\_ / \_\_ / \_\_ / \_\_ / \_\_ E-mail.....@.....

Date de Naissance ...../...../.....

Situation personnelle  Célibataire  Veuf  Marié  Divorcé

Caisse retraite  CPAM  MSA  Autre

Profession exercée .....

## ADHÉSION AU CENTRE SOCIOCULTUREL DU PAYS MAULÉONAIS

- Pays Mauléonais  5 € individuelle  8 € familiale  
 Hors Mauléonais  8 € individuelle  16 € familiale

## DROITS À L'IMAGE

- j'autorise le CSC à me photographier ou à me filmer pour la promotion de l'association  
 je n'autorise pas le CSC à me photographier ou à me filmer pour la promotion de l'association  
 j'autorise le CSC à utiliser ces informations pour communiquer avec moi et ses besoins statistiques

Date et signature

