

Liste des éléments à fournir lors de l'inscription

-La fiche de renseignements dûment remplie (au verso)

-Un chèque de **90€** pour 1 cours/ semaine

130 € pour 2 cours, **160 €** pour 3 cours, **200€** pour 4 cours.

*Un chèque de **70 €** pour les moins de 25 ans

90€ pour 2 cours.

à l'ordre **de « GYM'DOLE GV »**

Possibilité de régler par chèque en plusieurs fois, ou coupons sport.

Adresse email obligatoire (réception licence) ou 1 enveloppe timbrée.

Attestation santé à remplir

Chaussures de salle propres exigées

**Inscriptions durant la fête des associations à la
Commanderie le 07/09/2024 de 11h à 18h**

Notre site Internet : www.gymdolegv.fr

Facebook : Gym'Dole GV

gymdolegv@gmail.com

(E.mail à inscrire dans votre carnet d'adresse)

**Pas de cours pendant les vacances scolaires ainsi que les
jours fériés : 11/Novembre(Armistice), lundi de Pâques,
J et V (ascension)- lundi de pentecôte, 1er & 8 Mai .**

Fin des cours : 20 juin 2025

Avec le soutien de la ville de Dole



Danse
Urbaine

*

Cardio Danse

*

Danse
coordination

Inscriptions:

- **Idéal Standard**

Mardi 27/08

8h-13h

Vendredi 30/08

13h-19h

• **Dole expo**

Samedi 07/09

11h-18h

Convivialité

P.O.
Mai et Juin 2025

Tout public

Freestyle

Body Sculpt

Cardio H.I.T

Tabata

Step-Aéro

Circuit training

Cardio-renfo

Gym
entretien et
senior

Gym senior

Yoga

Pilates

stretching

GYM'DOLE GV

Renseignements au :

06 16 06 36 24

06 30 23 01 89

RDV pour octobre rose

21/09/2024

Présidente : Laurence Bermond

Trésorière : Ioana Popa

Vice-trésorière : Annick Nouhant

Secrétaire : Maryse Perez

Vice-secrétaire : Claudine Gonthier

Réseaux sociaux : Delphine Chatellier

Communication : Valérie Odile

www.gymdolegv.fr

gymdolegv@gmail.com

(E.mail à inscrire dans votre carnet d'adresse)

Retrouvez-nous sur Facebook : Gym'Dole GV

REPRISE DES COURS : L.9 septembre 24

Salles à Dole :

- **Complexe sportif : Pierre Talagrand - Piscine (PT)**
- **Salle Idéal Standard, rue de Crissey (ID)**

	HORAIRES	COURS	ANIMATEURS Et SALLES
Lundi	9h00-10h00	Cardio-renfo	(ID) Solène
	10h15-11h15	Gym- bien vieillir- senior	(ID) Solène
	17h15-18h15	Pilates	(ID) Carole
	18h30-19h30	Cardio H . I .T	(ID) Carole
Mardi	9h15- 10h15	Gym-Entretien	(ID) Aline
	10h30 - 11h30	Gym-stretch-senior	(ID) Aline
	12h15 - 13h15	Pilates	(ID) Carole
	19h05 - 20h05	Stretching	(PT) Solène
	20h15- 21h15	Renfo dynamique	(PT) Solène
Mercredi	9H00 - 10H00	Gym-Entretien	(ID) Solène
	10h15 - 11h30	Yoga	(ID) Isabelle
	18h30-19h30	Danse-Urbaine	(ID) Julien
	19h45 - 20h45	Cardio-Danse	(ID) Julien
Jeudi	09h00-10h00	Body Sculpt-renfo -cardio	(ID) Laetitia
	10h15 - 11h15	Postures zen-bien être	(ID) Laetitia
	18h30 - 19h45	Yoga	(ID) Isabelle
	20h - 21 h	Cardio-freestyle	(ID) Solène
Vendredi	9h00 - 10h00	Gym-Entretien	(ID) Julien
	10h15 - 11h15	Gym-Danse - coordination	(ID) Julien

- Avec l'aide de la ville de Dole
 -Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique
 -Assureur Gras Savoye – Tel : 01 41 85 81 02 – N° contrat 58225118 –
www.ffepgv.grassavoie.com

- Utilisation des données personnelles uniquement à des fins de gestion associative. Droit d'accès auprès de gymdolegv@gmail.com – Lire note « Conditions adhésion à Gym Dole GV sur le site internet.
- Une garantie complémentaire et facultative IA Sport, qui reprend les garanties de base,
- Mais avec un plafond revu à la hausse (jusqu'à 300 000€ en cas d'invalidité + garde d'enfants...) peut être souscrite Chez Gras Savoye : TEL : 09 72 72 28 85

FICHE D'INSCRIPTION

Nom :

Nom de naissance :

Prénom :

Date de naissance :

ADRESSE EMAIL en majuscules : (pour recevoir votre licence)

.....

Adresse :

..... N°TEL :

Adhérents Gym'Dole saison 23/24 - **Nouveaux :**

ATTESTATION employeur : oui non

JOURS	COURS	HEURES		
LUNDI				
MARDI				
MERCREDI				
JEUDI				
VENDREDI				
TARIF : 1 COURS 90€	TARIF : 2 COURS 130€	TARIF : 3 COURS 160€	TARIF : 4 COURS 200€	TARIF * REDUIT -25 ANS

Coupon à remettre impérativement lors de l'inscription avec le règlement et questionnaire de santé.

Possibilité de régler par coupons sport et en plusieurs fois
 J'accepte les conditions d'adhésion à Gym'Dole GV

Signature

Questionnaire de santé

REPONDEZ AUX QUESTIONS SUIVANTES PAR OUI OU PAR NON. DURANT LES DOUZE DERNIERS MOIS :	OUI	NON
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicable ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord du médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A CE JOUR :		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc.) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié		

Questionnaire de santé publié par l'Arrêté du 20 avril 2017 relatif au questionnaire de santé exigé pour le renouvellement d'une licence sportive au JORF n°0105 du 4 mai 2017

Si vous avez répondu « NON » à toutes les questions : il n'y aura pas de certificat médical à fournir. En revanche, si vous avez répondu « OUI » à une ou plusieurs questions, il faudra fournir un certificat médical et consulter un médecin en lui présentant ce questionnaire.

Volet à remettre à l'association

Je soussigné(e) (Nom, prénom) atteste avoir répondu négativement à toutes les questions du questionnaire de santé publié par l'arrêté du 20 avril 2017, lors de la demande de renouvellement de la licence pour la saison sportive/..... au club EPGV : (Nom du club à compléter).

A, le .../.../...

Signature