

GYM en salle ou extérieure ou aquagym			Année	Trim 1	Trim 2	Trim 3
Gym Spécial Dos	G	Lundi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gym Nature	S	Lundi 9h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gym Super Séniors	G	Lundi 10h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gym Danse	S	Lundi 11h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gym Body Zen & Relax	G	Lundi 15h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stretching & Renfo Postural	S	Lundi 17h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Work Renfo & cardio	S	Lundi 18h15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gym Douce	S	Lundi 19h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Work Renfo & cardio	S	Mercredi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pilates & Relax (débutants)	G	Mercredi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stretching & Renfo postural	S	Mercredi 10h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pilates & Relax (Intermédiaires)	G	Mercredi 10h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stretching & Relax	G	Mercredi 17h45	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pilates & Relax (Intermédiaires)	G	Mercredi 19h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stretching & renfo postural	S	Jeudi 17h30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MARCHE NORDIQUE			Année	Trim 1	Trim 2	Trim 3
Modérée	G	Mardi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Intermédiaire	Ch	Mardi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Intermédiaire	G	Jeudi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Engagée	Ch	Jeudi 9h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fitness et technique	G	Samedi 10h00	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MULTI-ACTIVITES			Année
Sport/Santé			<input type="checkbox"/>
48 séances	S	Vendredi 10h15	<input type="checkbox"/>

DANSE de SALON		
En couple	M&G	2 stages par trim

RANDONNEE à THEMES		JOURNEE		Trim 1	Trim 3
RANDONNEE à THEMES		1/2 JOURNEE		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Intermédiaire	Ch	Mercredi 9h00		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Modérée	Ch	Vendredi 9h00		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

AQUAGYM			Année
Aquagym	C	Lundi 18h30	<input type="checkbox"/>
Aquagym	C	Jeudi 16h00	<input type="checkbox"/>
Aquagym	C	Jeudi 19h00	<input type="checkbox"/>
Aquagym	C	Vendredi 12h30	<input type="checkbox"/>

***L'adhérent reconnaît avoir pris connaissance du règlement et accepte les conditions sans réserve.***

Fait a Embrun le :

Inscription validée le :

pour GNF :

Signature de l'adhérent