



**ESPACE MUNICIPAL RÉMY-ROURE**  
07500 GUILHERAND-GRANGES

Contact : Marie : 06 08 85 17 32 - Bureau : 04 75 59 47 54

Email : asso.gym.form.loisirs@orange.fr

Site : www.gym-forme-loisirs-07500.fr / facebook : www.facebook.com/GymFormeLoisirs/  
(inscrivez vous sur notre site pour recevoir des infos pratiques de l'association)

## SAISON 2023/2024

### INSCRIPTION

Pensez à vous munir des 3 feuillets « inscription », « planning » et « règlement intérieur » complétés et visés, d'un certificat médical de moins de 3 mois pour les plus de 70 ans et questionnaire de santé pour les autres et de votre règlement (possibilités de 3 chèques encaissables fin septembre, fin octobre et fin novembre).

Les informations seront envoyées par email sauf pour ceux qui désirent les recevoir par courrier. Dans ce cas, remettre deux enveloppes timbrées libellées à votre nom et adresse.

Les dossiers incomplets seront refusés.

Nous prenons :  La carte M'ra ! Rhône-Alpes / Carte Pass'Sport  
 Les chèques vacances ANCV + coupons sport

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Tél. : ..... E.mail : ..... Date de naissance : .....

Souhaitez-vous assister à l'assemblée générale de l'association ? OUI  NON  (si oui rajouter 1 enveloppe timbrée avec votre adresse)

### TARIFS À L'ANNÉE

#### ACTIVITÉS GYMNINIQUES

(durée du cours 1h/1h30)

**STRETCHING / GYM FORME / GYM SÉNIORS /  
RENFORCEMENT MUSCULAIRE-STRETCH /  
ABDOS-FESSIERS-STRETCH / STRETCHING  
DÉTENTE / RELAXATION (ZENDA) / ZUMBA /  
ZUMBA KIDS / ZUMBA GOLD**

**120€**

1 COURS / SEM.

**170€**

2 COURS / SEM.

**220€**

3 COURS / SEM.

**270€**

4 COURS / SEM.

**320€**

+4 COURS / SEM.

#### AUTRES ACTIVITÉS

**155€**

1 COURS / SEM.

**205€**

2 COURS / SEM.

**PILATES** (max. 20 pers.)

**YOGA** (max. 15 pers.)

**ATHLÉ FORME** (1h30)

**ATHLÉ POUSSINS** (1h30) - (CE1/CE2)

**ATHLÉ JEUNES** (1h30) - (CM1/CM2)

**ATHLÉ JUNIORS** (1h30) - (12 à 17 ans)

**ZUMBINI** (1h) - (0 à 4 ans)

#### MARCHE NORDIQUE

Activité extérieure de 1H30 en CIRCUITS NATURE

**165€**

1 COURS / SEM.

**MODULE DE 10 SÉANCES**

**SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2023 et MARS À JUIN 2024**

**85€**

1 MODULE

**165€**

2 MODULES

Toute activité supplémentaire : 50 €

RENDEZ-VOUS SUR LE SITE POUR LA DESCRIPTION DÉTAILLÉE DES ACTIVITÉS : [WWW.GYM-FORME-LOISIRS-07500.FR](http://WWW.GYM-FORME-LOISIRS-07500.FR)

	8h 30 45	9h 15 30 45	10h 15 30 45	11h 15 30 45	12h 15 30 45	13h 15 30 45	14h 15 30 45	15h 15 30 45	16h 15 30 45	17h 15 30 45	18h 15 30 45	19h 15 30 45	20h 15 30 45	21h 15 30 45
<b>Lundi</b>	Gaël	GYM SENIORS (MF)	STRETCH (MF)	PILATES (MF)	PILATES (MF)									
	Jean-Pierre											RELAXATION (RP)		
	Véronique									GYM FORME (MF)				
	Annie	RENFORCEMENT MUSCULAIRE (RP)	GYM FORME (RP)	PILATES DÉBUTANTS (RP)										
	Nathalie						MARCHE NORDIQUE SENIORS							
	Aurélie									ZUMBA KIDS (RP) 4 à 7 ans	ZUMBA GOLD (RP)			
	Rachèle		MARCHE NORDIQUE									PILATES (MF)	PILATES (MF)	
<b>Mardi</b>	Annie											YOGA (MF)		
	Aurélie			ZUMBA GOLD (MF)						ZUMBA GOLD (SP)	ZUMBA (SP)			
	Nathalie										STRETCHING (MF)			
<b>Mercredi</b>	Annie									GYM FORME (SL)	PILATES (SR)	ABDOS/ FESSIERS/ STRETCH (MF)		
	Nathalie									PILATES (SR)	STRETCH (RP)	PILATES (RP)		
	Gaël		RENFORCEMENT MUSCULAIRE/ STRETCH (MF)			PILATES (MF)	ATHLÉ POUSSINS CE1/CE2	ATHLÉ JEUNES CM1/CM2		ATHLÉ FORM JUNIORS 12 à 17 ans	ATHLÉ FORM ADULTES			
	Jean-Pierre			RELAXATION (MF)										
	Aurélie			ZUMBINI 0 à 4 ans (SR)										
<b>Jeudi</b>	Marie				STRETCHING (MF)							RENFORCEMENT MUSCULAIRE/ STRETCH (MF)		
	Véronique			PILATES (MF)										
	Michel										MARCHE NORDIQUE MODULE			
	Annie	GYM FORME (MF)	STRETCHING (MF)											
<b>Vendredi</b>	Marie				GYM FORME (MF)							STRETCHING (SR)	STRETCHING (SR)	
	Nathalie	STRETCH/ DÉTENTE (SR)	STRETCH (RP)											
	Aurélie			ZUMBA GOLD (RP)						ZUMBA KIDS JUNIORS (MF) 7/11 ans	RENFO ADULTES (MF)	ZUMBA (MF)		
	Gaël						MARCHE NORDIQUE TOUT PUBLIC							
	Jean-Pierre			RELAXATION (MF)										
	Annie									YOGA (SR)				
<b>Samedi</b>	Gaël	MARCHE NORDIQUE SPORTIF	MARCHE NORDIQUE TOUT PUBLIC											

**SALLES :** MF : Margot Fonteyn / SL : Serge Lifar / RP : Roland Petit / SR : Salle Relaxation / SP : Salle polyvalente Gymnase

**ATTENTION :** Les cours inférieurs à 10 personnes seront annulés après les vacances de la Toussaint.

# RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Le règlement intérieur a pour objet de préciser les statuts de l'association, dont le siège social est à l'Espace Rémy-Roure, dont l'objet est le développement de la gymnastique de loisir par l'expression gymnique et les disciplines associées.

## LES MEMBRES :

L'association est composée de membres d'honneur, membres du bureau, membres adhérents actifs et simples. Les membres d'honneur ne paient pas de cotisation.

## LA COTISATION :

Pour faire partie de l'association, les membres adhérents actifs et simples doivent s'acquitter d'une adhésion dont le montant est fixé annuellement par le bureau. Le montant de l'inscription pour participer aux cours varie en fonction du nombre de cours choisis.

Le versement de l'adhésion doit être établi par chèque à l'ordre de l'association. Le règlement peut s'effectuer en une, deux, trois fois.

Toute cotisation versée à l'association est définitivement acquise. Il ne saurait être exigé un remboursement en cours d'année en cas de démission, d'exclusion ou de décès d'un membre. Toutefois en cas de maladie grave, de grossesse, et sur justificatif, une partie de la somme pourra vous être remboursée. Tout trimestre entamé est dû.

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION :

Pour participer aux cours de l'association, chaque adhérent devra nous retourner un dossier d'inscription dûment rempli, accompagné du règlement et d'un certificat médical obligatoire pour les plus de 70 ans. Les informations seront envoyées par email sauf pour ceux qui désirent les recevoir par courrier. Dans ce cas, remettre deux enveloppes timbrées libellées à votre nom et adresse.

## EXCLUSIONS :

Conformément à l'article 6 des statuts, un membre peut être exclu pour les motifs suivants :

- matériel détérioré,
- non respect des locaux,
- non respect des statuts et du règlement intérieur.

Le bureau est habilité à statuer sur l'exclusion d'un membre, après avoir entendu les explications de celui-ci.

Une lettre comportant les motifs de l'exclusion lui sera adressé à son domicile.

## FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION :

Il est interdit de fumer, de boire et manger dans les locaux de l'association.

Les baskets propres, ne venant pas de l'extérieur sont obligatoires pour rentrer dans les salles de gym.

Le règlement intérieur des locaux de l'Espace Rémy-Roure peut être consulté par toute personne le souhaitant. Il est affiché au rez-de-chaussée du bâtiment.

Les enfants non accompagnés sont interdits dans les locaux de Rémy-Roure.

Merci aux adhérents de respecter les horaires des cours pour ne pas pénaliser ceux qui sont à l'heure.

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE :

Conformément à l'article 16 des statuts de l'association, l'assemblée générale ordinaire se réunit une fois par an, sur convocation du bureau. Tous les adhérents à jour de leur cotisation peuvent participer à l'assemblée générale. Toutefois, seuls les membres actifs à jour de leur cotisation auront le droit de vote.

Un courrier est adressé 15 jours avant la date de la réunion.

Le vote est fait à main levée. Les mineurs de moins de 16 ans sont représentés par les personnes qui en ont la garde.

Le vote par procuration est admis à raison d'un pouvoir par adhérent.

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE :

Conformément à l'article 17 des statuts de l'association, une assemblée générale extraordinaire peut se réunir en cas de modification des statuts ou autres raisons qui ne peuvent être traitées en assemblée générale ordinaire.

Les modalités de convocation et de fonctionnement seront les mêmes que pour l'assemblée générale ordinaire.

## MODIFICATION DU RÈGLEMENT INTÉRIEUR :

Le règlement intérieur est établi par le bureau, conformément à l'article 18 des statuts de l'association. Le règlement intérieur sera adressé à chacun des membres de l'association lors de leur inscription en début de saison.

Lu et approuvé,

Le ..... à ..... Signature :

## AUTORISATION DROIT À L'IMAGE

Dans le cadre de notre association, des photos ou vidéos de vous et/ou votre enfant peuvent être utilisées en vue de promouvoir nos activités.

Nous sollicitons donc votre autorisation.

Je soussigné(e).....

Autorise, l'association GYM FORME LOISIRS à utiliser l'image de mon enfant ( nom et prénom de l'enfant : ..... )  
ou de **MOI-MÊME**.

Pour promouvoir ses activités dans ses locaux et en dehors, soit :

- Sur le site internet de l'association
- Sur des journaux, prospectus, flyers ayant pour but unique de promouvoir l'association

Lu et approuvé,

Le ..... à ..... Signature :