



GYM FORME LOISIRS - SAISON 2025/2026

Espace Municipal Rémy-Roure – 07500 Guilhaud-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

Fiche d'inscription

Merci de fournir les documents suivants complétés et signés :

- Feuille d'inscription
- Questionnaire de santé
- Planning des cours
- Pour les + de 70 ans uniquement : un certificat médical de moins de 3 mois **obligatoire**
- Règlement intérieur

Les infos pratiques vous seront envoyées par email.

Si vous préférez recevoir par courrier, merci de joindre 2 enveloppes timbrées à votre nom et adresse.

Modes de paiement acceptés :

- Espèces
- Chèques (possibilités de 3 chèques encaissables début septembre, début octobre et début novembre).
- Pass'Région de 30€ (joindre la carte + code)
- Pass'Sport de 70€ (joindre le code)
- Les chèques vacances ANCV et coupons sport

Les dossiers incomplets ne seront pas acceptés.

Renseignements

Nom : Prénom :

Sexe : ☐ M ☐ F

Adresse :

Tél. : E-mail :

Date de naissance : ____ / ____ / ____

Souhaitez-vous assister à l'Assemblée Générale de l'association ?

(Si oui, merci de joindre une enveloppe timbrée à votre adresse)

☐ Oui ☐ Non

Tarifs annuels

Activités Gymniques 150€

(1h ou 1h30 selon le cours)

Gym forme, Gym douce, Gym seniors, Stretching, Stretching détente
Renforcement musculaire stretching
Abdos fessiers stretch, Relaxation,
Zumba, Zumba kids, Zumba gold

Autres Activités 175€

(1h ou 1h30 - max. 15 à 16 personnes)

Pilates, Yoga, Athlé forme, Athlé enfants (poussins, jeunes, juniors - CE1 à 17 ans)

Marche Nordique

(1h30)

175€

1 séance par semaine

275€

2 séances par semaine

Activité supplémentaire

Ajoutez 70€ par cours, en prenant comme base le tarif le plus élevé.

Exemple, vous choisissez : Yoga (175€) et Zumba (150€)

Le tarif de base retenu est le plus élevé : 175€,
Vous ajoutez 1 activité supplémentaire : + 70€

Total à régler : 175€ + 70€ = 245€

10 % de réduction sur le montant total pour 2 personnes vivant sous le même toit.

Reprise des cours le :
LUNDI 8 SEPTEMBRE 2025

Planning 2025/2026

 Description détaillée des activités
www.gym-forme-loisirs-07500.fr

Animateurs	Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gaël	Pilates	✂ 11h - 12h ✂ 12h15 - 13h15		✂ 12h15 - 13h15			
	Gym séniors	✂ 9h - 10h					
	Stretching	✂ 10h - 11h					
	Renforcement musculaire			✂ 9h30 - 11h			
	Athlé poussins (CE1-CE2)			13h30 - 15h			
	Athlé jeunes (CM1-CM2-6 ^e)			15h - 16h30			
	Athlé form juniors (12-17 ans)			16h30 - 18h			
	Athlé form adultes			18h30 - 20h			
	Marche nordique					14h - 15h30	8h30 - 10h (sportive) 10h15 - 11h45
Véronique	Gym forme	✂ 17h30 - 18h30					
	Pilates				✂ 11h - 12h		
Annie	Renforcement musculaire	⚙ 9h - 10h					
	Gym form	⚙ 10h - 11h		⚙ 17h30 - 18h30	✂ 9h - 10h		
	Pilates débutants	⚙ 11h - 12h					
	Pilates		✂ 19h30 - 20h30	⚙ 18h30 - 19h30			
	Abdos fessiers stretch			⚙ 19h30 - 20h30			
	Stretching				✂ 10h - 11h		
	Yoga					🧘 17h30 - 18h30	
Aurel	Zumba kids (4-7 ans)	⚙ 17h - 18h		🧘 10h30 - 11h30			
	Zumba gold	⚙ 18h - 19h	✂ 11h - 12h 🧘 17h - 18h			⚙ 11h - 12h	
	Renforcement adultes	⚙ 19h - 20h				✂ 18h - 19h	
	Zumba		🧘 18h - 19h			✂ 19h - 20h	
	Zumba kids junior (7-11 ans)					✂ 17h - 18h	
Rachèle	Marche nordique	9h30 - 11h					
	Pilates	✂ 18h30 - 19h30 ✂ 19h30 - 20h30					
Jean Pierre	Relaxation			✂ 11h - 12h		✂ 11h - 12h	
Denis	Stretching		⚙ 18h30 - 19h30	🧘 18h30 - 19h30		🧘 10h - 11h	
	Pilates			🧘 17h30 - 18h30 🧘 19h30 - 20h30			
	Stretch détente					🧘 9h - 10h	
Marie	Stretching				✂ 12h15 - 13h15	🧘 18h30 - 19h30 🧘 19h30 - 20h30	
	Gym douce				✂ 14h - 15h		
	Renforcement musculaire				✂ 19h30 - 21h		
Michel	Marche nordique				18h - 19h30		

✂ Margot Fonteyn ⚙ Serge Lifar ⚙ Roland Petit 🧘 Salle Relaxation 🧘 Salle polyvalente Gymnase

Attention : Les cours comptant moins de 12 inscrits seront annulés après les vacances de la Toussaint. Les participants concernés pourront choisir un autre créneau ou être remboursés.

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 adressée 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 de diffusion d'images

Dans le cadre des activités de notre association, des photographies ou des vidéos de vous et/ou de votre enfant peuvent être prises et utilisées afin de promouvoir nos actions.

Nous vous sollicitons donc pour obtenir 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 la mienne, dans le cadre de la promotion de ses activités, que ce soit :

- Sur le site internet de l'association
- Dans des supports de communication (journaux, prospectus, flyers) ayant pour seul objectif de promouvoir l'association, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur de ses locaux.

Lu et approuvé,

Le à Signature :