

REGLEMENT DU CLUB

ARTICLE.1

L'objet unique de l'association est de mettre à disposition des adhérents, une salle et du matériel, sous l'entière responsabilité de chaque utilisateur qui reconnaît avoir été informé des conditions d'utilisation du matériel.

ARTICLE.2

Dans le cadre des heures d'ouverture avec surveillant, le bénévole ne pourra être tenue pour responsable des conséquences éventuelles d'une mauvaise utilisation du matériel.

ARTICLE.3

L'adhésion à l'association n'est effective qu'après signature du document « **Décharge médicale** ».

ARTICLE.4

La tenue de sport ainsi qu'une serviette sont **OBLIGATOIRES** (*survêtement et/ou short, T-Shirt et chaussures de salle*).

ARTICLE.5

Tout mineur devra fournir à l'appui de son adhésion, une autorisation parentale.

ARTICLE.6

Chaque adolescent de moins de 16 ans, s'engage à respecter le jour et l'heure de l'entraînement proposés par le club. Il devra être à l'heure et ne pas sortir avant la fin du cours.

ARTICLE.7

Le bureau se réserve le droit de refuser l'adhésion ou d'exclure définitivement une personne ayant un comportement insultant ou malveillant. Aucun remboursement ne sera effectué.

ARTICLE.8

Aucune cotisation ne sera remboursée en cours d'année en cas d'abandon.

ARTICLE.9

Vous acceptez que nous collectons votre adresse e-mail à des fins d'envoi d'e-mails d'information et de communication.

DECHARGE MEDICALE

ADULTES :

Je certifie que : 1. Je suis en bonne condition physique et que je ne souffre d'aucune blessure, maladie ou handicap, que je n'ai jamais eu de problème cardiaque ou respiratoire décelé à ce jour 2. Aucun médecin, infirmier ou entraîneur ne m'a déconseillé la pratique de cette activité 3. Je reconnais la nature des activités auxquelles je m'inscris et suis conscient(e) des risques que j'encours.

Nom, prénom, adresse :

MINEURS :

Je certifie que : 1. Mon enfant est en bonne condition physique et ne souffre d'aucune blessure, maladie ou handicap, et n'a jamais eu de problème cardiaque ou respiratoire décelé à ce jour 2. Aucun médecin, infirmier ou entraîneur ne lui a déconseillé la pratique de cette activité 3. Je reconnais la nature des activités auxquelles je l'inscris et suis conscient(e) des risques qu'il encourt.

Nom, prénom, adresse :

J'ai lu le présent document et je comprends qu'en y apposant ma signature, je renonce à tous droits de poursuites. C'est donc en toute connaissance de cause que je signe le présent document.

Date :

Signature de l'adhérent / du représentant légal :



MUSCULATION FITNESS GUICHEN

Av, Charles de Gaulle - Complexe Sportif Jean-Pierre Loussouarn

35580 GUICHEN Tél : 02.99.57.31.97.

HORAIRES DES ACTIVITÉS (jusqu'à fin juin)

SANS ÉDUCATEUR

ACTIVITÉ	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Musculation libre		17h00-20h15	10h30 - 12h00		17h00 - 18h30	9h30-12h30
	17h00-21h00		17h00-20h30	17h00-20h15	20h00-21h00	

AVEC ÉDUCATEUR

ACTIVITÉ	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Réhabilitation / Prévention blessure	18h00 - 19h00					
Pilates	19h00 - 20h00					11h30 - 12h30
Yoga			19h30 - 20h30			
Stretching				18h00 - 19h00		
Circuit Training		18h00 - 19h00		19h00 - 20h00		
Circuit Training en équipe						10h30 - 11h00
Cuisses Abdos Fessiers		19h00 - 20h00				
Musculation Ado / Powerlifting		20h00 - 21h00	15h00 - 18h00		18h30 - 20h00	
Renforcement Musculaire			18h30 - 19h30		20h00 - 21h00	
Musculation Adulte		20h00 - 21h30		20h00 - 21h30		
Cours parents/enfants (de 6 à 12 ans)						9h30 - 10h30
Biking	20h00 - 20h30					11h00 -11h-30
Gym Défense			18h00 - 18h30			
Forme Et Equilibre					17h30 - 18h30	
Inner Dance et Méditation			20h30 - 21h30			



MUSCULATION FITNESS GUICHEN

Av, Charles de Gaulle - Complexe Sportif Jean-Pierre Loussouarn

35580 GUICHEN Tél : 02.99.57.31.97.

TARIF DES ACTIVITÉS (en Euros)

Notre association propose des **tarifs annuels** pour l'adhésion, mais les inscriptions **en cours d'année** sont également possibles avec un tarif mensuel **recalculé** en fonction de la **durée restante** de l'année (cf. grille tarifaire plus bas).

⚠ Pas d'inscription au mois

	Adolescent De 14 à 16 ans
1 cour par semaine	130 €
2 ou 3 cours par semaine	160 €

	Tarif
Musculation Sans éducateur	160 €
1 cour par semaine avec coach	185 €
2 cours par semaine avec coach	250 €
3 cours par semaine avec coach	300 €

📅 À partir du 1er décembre, les tarifs changent pour les inscriptions en cours d'année (jusqu'à fin juin) :

👤 Pour les ados :

- 1 activité avec éducateur : 15 €/mois
- 2 activités avec éducateur : 20 €/mois

💪 Musculation libre (sans éducateur) :

- 20 €/mois

🎯 Pour les autres disciplines avec éducateur :

- 1 discipline : 25 €/mois
- 2 disciplines : 30 €/mois
- 3 disciplines : 35 €/mois

📅 *Exemple : tu t'inscris en février pour 1 activité → 25 € x 5 mois = 125 € jusqu'en juin.*

🎁 Offre spéciale vacances (musculation libre uniquement) :

- 50 € pour toutes les vacances scolaires

REMARQUE : Pour les paiements par **chèque**, merci de bien vouloir les libeller à l'ordre de l'association **Club Musculation Fitness Guichen**.