

# **Section Gym de l'Etoile Auxonnaise**

**Nouveau cette année : 2 rentrées prévues**

Semaine du 15/09 pour les anciens licenciés

Semaine du 22/09 pour les nouveaux avec essais

**Nouveau cette année : le cours du mardi aura lieu le matin**

**Nouveau cette année : 2<sup>ème</sup> cours le jeudi matin**

## **Choisir parmi 6 séances**

**Pour le jeudi matin, il faut choisir entre les 2 séances.**

**Lundi 17h15** Gym (fitness, renforc.musc.) avec Julien *salle l'Empire*

**Lundi à 18h30** Gym (Cardio-dance) avec Julien *salle l'Empire*

**Mardi à 9h30** Gym séniors actifs avec Stéphane *salle l'Empire*

**Jeudi à 9h** Gym (fitness, renforc.musc.) avec Julien *salle Ste Colette*

**Jeudi à 10h30** Gym (danses séniors) avec Julien *salle Sarrasins2*

**Jeudi 18h30** Gym (cardio-training) avec Julien *salle Sarrasins 1*  
Gym (step) avec Julien le 3<sup>ème</sup> jeudi du mois *salle Sarrasins 1*

**La cotisation annuelle comprenant la licence est prévue ainsi**

- **100 €** pour un cours déterminé et choisi dès l'inscription
- **115 €** pour 2 cours déterminés et choisis dès l'inscription
- **150 €** à partir de 3 cours et plus non déterminés à l'avance

Fédération Sports Pour Tous. Animateurs diplômés. Ambiance conviviale.

Renseignements auprès de la présidente au **06 32 31 29 88** ou de  
préférence par mail : [gym.gea.etoile21@gmail.com](mailto:gym.gea.etoile21@gmail.com)

**INSCRIPTIONS :**

- **20 min avant les cours et 20 min après jusqu'au 16/10/2025**

- **Inscriptions possibles toute l'année en début de cours**
- **2 séances « découverte » gratuites avant inscription.**
- **Attention certains cours peuvent changer de lieu si la salle est indisponible**

**SE MUNIR :**

- Du règlement de la cotisation annuelle (licence comprise) : 100 € à 150 € suivant les cours choisis. Règlement possible en chèque, en liquide ou par carte bancaire. Possibilité de régler en plusieurs fois (2 ou 3 chèques).

- Le certificat médical n'est plus obligatoire mais reste conseillé en cas de problème. Vous devez répondre au questionnaire de santé et décider si vous êtes apte au sport.
- Tapis personnel, prêt de matériel à l'année, chaussures de sport différentes de celles à l'entrée.

Page sur le site de l'office des sports de la ville :

<https://www.sports-auxonne.fr/>

ou sur l'application mobile de la ville **IntraMuros**

D'autres infos sur le site de notre fédération :

<https://www.sportspourtous.org/>

Association reconnue et soutenue par l'Agence Nationale du Sport, par la DRAJES (Direction Régionale Académique à la Jeunesse, à l'engagement et aux Sports), par la Municipalité et par le Conseil Départemental.

