

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^{ème} 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^{ème} 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

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.

