

Gym Douce SÉNIORS

Saison. 2026-2027

Les cours de **Gym Douce Séniors** proposés par le **CCAS** seront animés cette saison par **Mme Sandra MARISA**.



REPRISE DES COURS

le **jeudi 10 septembre 2026 à 9h30**
à la Salle Polyvalente de Sainte-Suzanne.

- Ces cours de gym douce s'adressent à toutes les personnes de **60 ans et plus**.
- Ils ont lieu tous les jeudis de **9h30 à 10h30**
(sauf information contraire en cours de saison)
- **Tarifs Annuels Saison 2026-2027**
(valables de septembre 2026 à août 2027)

J'adhère en	Tarif 1 "Individuel"	Tarif 2 "Couple"
Septembre-octobre	59 €	100 €
Novembre-décembre	47 €	85 €
Janvier-février	35 €	62 €



Le règlement de l'adhésion annuelle se fait à réception de facture, directement à la trésorerie municipale.



Votre licence sportive annuelle est prise en charge par le CCAS.



Les bienfaits de la gym douce

Grâce à la gym douce, vous améliorez vos capacités physiques (force musculaire, souplesse, endurance, équilibre ...) sans traumatiser vos muscles et articulations.

La Gym Douce vous invite à voir une autre facette de l'activité physique.

C'est une pratique sportive qui respecte le corps et l'esprit.

Vous n'avez probablement plus envie de souffrir après une séance. En tout cas, vous n'avez certainement pas l'intention de vous faire mal.

La gym douce est faite pour vous !!



Si vous étiez déjà adhérent/e la saison précédente, et souhaitez renouveler votre adhésion, vous n'avez rien à faire sauf vous présenter à la reprise des cours.



Si vous souhaitez adhérer et nous rejoindre pour cette saison, merci d'appeler rapidement le secrétariat de mairie au 03 81 91 19 55 ou Laurence Cilichini au 06 70 58 84 66, qui vous préciseront la marche à suivre avant de pouvoir démarrer les cours.

Le sport c'est la santé !



Gym Douce SÉNIORS

Saison. 2026-2027



Les cours de Gym Douce Séniors proposés par le CCAS seront animés cette saison par Mme Sandra MARISA.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Du 1er septembre 2026 au 31août 2027

REPRISE DES COURS : jeudi 10 septembre 2026 à 9h30 - Salle Polyvalente de Sainte-Suzanne

NOM	
Prénom	
Date de naissance	
Téléphone portable (impératif)	
E-mail	
Adresse postale	

Jesouhaite : ☐ m'inscrire pour l'année ☐ seul(e) ☐ en couple

Informations pratiques: j'accepted'êtrecontacté(e)parlamairieausujet des cours ☐ par SMS ☐ via le groupe WhatsApp* ☐ non
* En rejoignant le groupe WhatsApp, mon numéro sera visible des autres membres.

TARIFS ANNUELS - SAISON 2026-2027 (la période d'adhésion détermine le tarif annuel appliqué)

Période d'adhésion	Tarif1 « Individuel »	Tarif 2 « Couple »
Septembre-octobre 2026	59 €	100 €
Novembre-décembre 2026	47 €	85 €
Janvier-février 2027	35 €	62 €

- Le règlement est effectué à réception de la facture adressée par la Trésorerie municipale.
- La licence sportive annuelle est prise en charge par le CCAS.

JE NE PAIE RIEN AU CCAS

Facturation en mars 2027

Fait à : _____

Le : ____ / ____ / 202__

Signature(s)