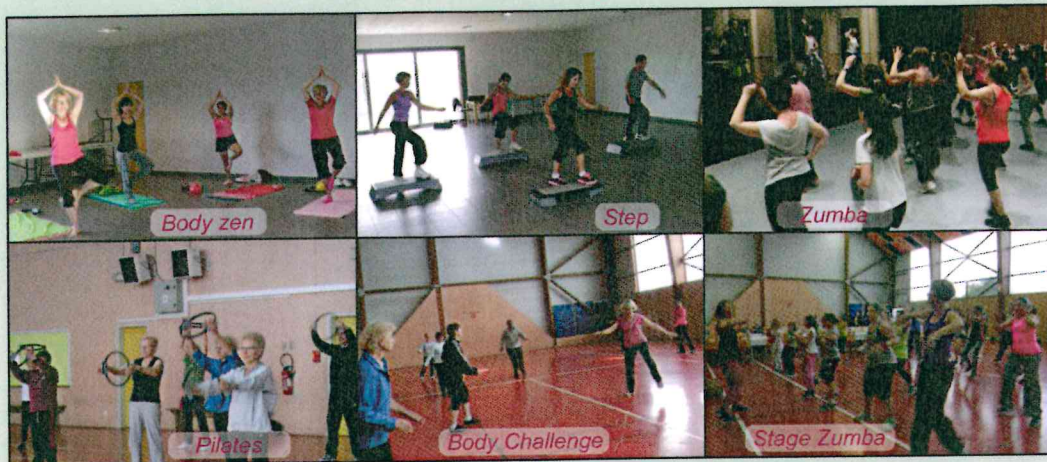




Section Gymnastique Volontaire

Saison 2017/2018



Faites de la gym près de chez vous!

La section Gymnastique Volontaire comprend chaque année plus d'une centaine d'adhérents qui viennent de la commune de Bouray et des communes voisines pour profiter de diverses activités sportives et collectives à la portée de tous et pour tous les âges (à partir de 12 ans). Jusqu'à 7 heures d'activités sportives dispensées par une équipe professionnelle composée de 2 monitrices. Des stages sportifs sont proposés à nos adhérents pendant les vacances scolaires. **Venez nous rejoindre!**

la fiche d'inscription à télécharger
à l'adresse www.ascb.fr

2 professeurs diplômées



Régina JURY
Body Challenge
Body zen



Lucine GAROIS
Gym forme - Pilates
Zumba, Step

Démonstrations au forum des associations
le dimanche 10 septembre 2017

www.ascb.fr



cours (1h par séance)

au gymnase de Bouray

Lundi					20h15 Pilates Lucine
Mardi	10h15 Gym forme Lucine				20h30 Body Challenge Régina
Mercredi		18h00 Zumba Lucine	19h00 Step Lucine	19h15 Body zen Régina	
Jeudi	10h15 Gym forme Lucine				

Stages à thèmes

Tout le long de l'année des stages sont proposés par nos monitrices à nos adhérents pour partager des nouvelles activités ou les activités en cours comme la zumba.

Tarifs 2017-2018

	Gym volontaire	ZUMBA*	Gym + ZUMBA*
Personne seule	138 €	150 €	258 €
Couple	267 €	300 €	501 €
Jeune / étudiant	99 €	135 €	204 €

L'adhésion Gym volontaire donne accès à tout les cours sauf la zumba en sus. (Facilité de paiement)
* Dans la limite des places disponibles

Dossier d'inscription

- la fiche d'inscription (A télécharger à l'adresse www.ascb.fr (Section Gymnastique))
 - le règlement de la cotisation par chèque à l'ordre de l'ASCB Section Gymnastique ;
 - la décharge de responsabilité si l'adhérent est mineur ;
 - un certificat médical de non contre-indication à la pratique de nos activités.
- L'inscription est effective qu'après dépôt du dossier d'inscription complet.

Inscription

- au forum des associations dimanche 10 septembre 2017 au stade de Bouray.
- possibilité d'inscription pendant les cours dans la limite des places disponibles.

Reprise des cours

Lundi 11 septembre 2017

Essais gratuits

Venez essayer gratuitement nos activités et choisir les cours qui vous conviennent (un essai par activité)

Renseignements

- Joël COLAS : 06.14.23.56.22 ou cedagui91@yahoo.fr
- Mireille MARTINI : 06.17.47.45.83 ou mireille.martini0093@orange.fr