

Association Omnisports Agréée
N°D.D.J.S: 02404ET005 1

INSCRIPTIONS : SUR PLACE

RENSEIGNEMENTS:

Adresse Mail: deltasports.assos@hotmail.fr

DELTA: 06.87.62.77.66.



L'encadrement des cours est assuré par:

Sébastien Almeida : BP-JEPS APT—Educateur sportif diplômé d'état - formateur et jury BPJEPS

Morgane Mathieu: CQP ALS (animateur de loisirs sportifs) activités gymnique d'entretien et d'expression (délivré par FFEPGV)

Rose-Marie Lopez : Professeure diplômée FNEY YOGA— Formation De Gasquet (YOGA sans Dégâts)

Nejla Marguerie Saïdi : Licence de danse moderne

Seret Pierre, Pierrette Lagarde, Dantin Christophe : animateurs marche nordique



NOS PARTENAIRES:



N°téléphone 06.87.62.77.66

ACTIVITES PHYSIQUES

Femmes/Hommes .

EVEIL ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE -

GYM D'ENTRETIEN FAÇON PILATES -

GAINAGE - CUISSES ABDOS FESSIERS -

SWISS BALL - STRETCHING - GYM TONIQUE -

CARDIO - GYM FORM EQUILIBRE

YOGA -

MARCHE NORDIQUE

DANSE MODERNE

Possibilité d'inscription en cours
d'année

« VENEZ ESSAYER »
2 COURS avant inscription

Notre site internet: www.deltasports.fr

TARIFS DE SEPT À JUIN	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
Pour l'accès aux cours avec adhésion à l'Association Delta ADULTE : 250€ ADULTE : AVEC COURS DE YOGA : 370€ COUPLE : 380€ COUPLE AVEC YOGA POUR 1 PERSONNE : 512€ Accès seulement aux appareils 150 € Cours de YOGA : 180€ + Licence Adulte : 32,50€ ou Attestation obligatoire d'une assurance pour tous risques et accidents de la vie Marche nordique 100€ pour la saison + Licence UFOLEP : 32,50€ Occasionnel: une fois 40€ puis 4€ la séance Si Inscrit aux cours en salle : Gratuit	<u>9h30-10h30</u> Gym Form'équilibre	<u>9h30- 10h00</u> Eveil musculaire	<u>9h00 - 11h00</u> MARCHE NORDIQUE	<u>9h30-10h30</u> Cardio-training Renfo. musculaire	<u>9h30-10h30</u> Gym d'entretien façon Pilates	Tous les Dimanches Marche Nordique 9h - 11h 
	<u>10h30-11h30</u> Abdos -périnée- gainage (Morgane)	<u>10h00- 11h00</u> Swiss ball (cuisses-abdos- fessiers) <u>11h00- 11h30</u> Stretching (Morgane)	<u>10h-11h30</u> YOGA (Dojo complexe sportif) (Rose-Marie) 	<u>10h30-11h30</u> Gainage (Sébastien)	<u>10h30-11h30</u> Stretching (Sébastien)	INFOS <u>LIEUX DES COURS :</u> <u>YOGA</u> DOJO COMPLEXE SPORTIF OU SALLE POLYVALENTE ÉCOLE PRIMAIRE DE BEAUMONT (POUR LES VACANCES SCOLAIRES)
<u>Règlement :</u> Paiement en plusieurs chèques (Max 10) A donner avec le dossier. Encaissement le 10 du mois (sauf le premier mois, dès l'inscription) Chèques non encaissés et rendus si cause sanitaire (confinement, COVID.) Pour la licence UFOLEP Un chèque à part de 32,50€	<u>18h30-19h30</u> Swiss Ball (cuisses-abdos- fessiers) <u>19h30 - 20h30</u> Renfo-cardio (Morgane)	<u>18h30-19h30</u> Renfo Cardio <u>19h30-20h30</u> Cuisses-abdos- fessiers CAF (Sébastien)	<u>18h15-19h15</u> Renfo. Musculaire <u>19h15- 20h15</u> Stretching (Morgane)	<u>18h30-19h30</u> Gym Tonique – Cardio <u>19h30-20h30</u> Renforcement Musculaire (Sébastien)	<u>18h15-19h45</u> Danse Moderne (5€ LE COURS) (HORS FORFAIT) (Nejla)	<u>TOUS LES AUTRES COURS:</u> COMPLEXE SPORTIF DE BEAUMONT SALLE DE DELTA.

Documents à imprimer à partir de notre site internet et à fournir lors de votre inscription : Certificat médical (obligatoire); Fiche d'inscription signée; assurance; le règlement intérieur signé; 1 enveloppe timbrée par famille si vous n'avez pas internet.

Attention: Les adhérents, qui au terme d'un mois d'inscription n'auront pas fourni une attestation d'assurance valide, seront contraints de prendre la licence U.F.O.L.E.P. Durant les périodes de vacances scolaires certains cours ne seront pas assurés.