

- INSCRIPTION
 RE-INSCRIPTION

Nom	_____		
Prénom	_____		
Date naissance	____ / ____ / ____	Sexe	____
Adresse	N° _____ Rue _____		
	CP _____ Ville _____		
Téléphone	Fixe _____ Portable _____		
E.mail	_____@_____		
En cas d'urgence	Personne à prévenir : _____		
	Son n° de téléphone : _____		
Santé	Problèmes à signaler : _____		

	<p>« Je certifie que mon médecin m'autorise la pratique des activités de gymnastique auxquelles je me suis inscrit(e) ».</p> <p>Au Mesnil-le-Roi, le _____ Signature _____</p>		

<p>Je m'engage à respecter le règlement</p> <ul style="list-style-type: none"> de la section Gymnastique de l'A.S.M.R. <p>Date : _____</p> <p>Signature _____</p>	<p>J'accepte que des photos, prises lors des activités de la section et sur lesquelles j'apparais, soient publiées sur le blog Asmrgym.</p> <p>Date : _____</p> <p>Signature _____</p>
---	--

JOURS	HORAIRES	DISCIPLINES	PROFESSEURS	
Lundi	09 H 00/10 H 00	Fitness	Xavier	<input type="checkbox"/>
	10 H 05/11 H 05	Gymnastique douce	Xavier	<input type="checkbox"/>
	11 H 10/12 H 10	Fitness	Xavier	<input type="checkbox"/>
	19 H 30/20 H 30	Fitness	Céline	<input type="checkbox"/>
	20 H 35/21 H 35	Stretching	Céline	<input type="checkbox"/>
Mardi	09 H 15/10 H 00	Pilates	Samia	<input type="checkbox"/>
	10 H 05/11 H 05	Fitness	Samia	<input type="checkbox"/>
	11 H 10/12 H 10	Stretching	Samia	<input type="checkbox"/>
	19 H 00/20 H 00	Relaxation	Pascale	<input type="checkbox"/>
	20 H 15/21 H 15	Qi Gong	Pascale	<input type="checkbox"/>
Mercredi	09 H 00/10 H 00	Fitness	Céline	<input type="checkbox"/>
	10 H 05/11 H 05	Gymnastique douce	Céline	<input type="checkbox"/>
	11 H 10/12 H 10	Zumba douce	Céline	<input type="checkbox"/>
	19 H 30/20 H 30	Zumba	Céline	<input type="checkbox"/>
	20 H 35/21 H 35	Fitness	Céline	<input type="checkbox"/>
Jeudi	09 H 00/09 H 45	Pilates	Olivier	<input type="checkbox"/>
	10 H 00/11 H 00	Stretching	Xavier	<input type="checkbox"/>
	11 H 05/12 H 05	Gymnastique santé	Xavier	<input type="checkbox"/>
	18 H 40/19 H 25	Pilates	Samia	<input type="checkbox"/>
	19 H 30/20 H 30	Stretching/fitness Spécial dos	Samia	<input type="checkbox"/>
Vendredi	11 H 00/12 H 00	Fitness Gasquet	Céline	<input type="checkbox"/>
	17 H 00/18 H 00	Stretching	Xavier	<input type="checkbox"/>
	18 H 05/18 H 50	Pilates	Xavier	<input type="checkbox"/>
	19 H 00/19 H 45	Pilates ¹	Olivier	<input type="checkbox"/>
Samedi	09 H 00/09 H 45	Pilates	Emeric/Céline ²	<input type="checkbox"/>
	09 H 50/10 H 50	Fitness	Emeric/Céline ²	<input type="checkbox"/>
	10 H 55/11 H 40	Pilates	Emeric/Céline ²	<input type="checkbox"/>

Pilates¹ : un autre professeur assurera le cours une fois par mois
Emeric/Céline² : alternance du professeur une semaine sur deux

1 séance  135 € 2 séances  220 € 3 séances  290 €
Séance supplémentaire au-delà de trois  65 €

Si vous avez besoin d'un justificatif pour votre CE, merci de cocher cette case



Association Sportive du Mesnil-le-Roi
SECTION GYMNASTIQUE
REGLEMENT INTERIEUR

- Art 1 Le présent règlement s'applique à tous les adhérents de la section Gymnastique de l'ASMR.
- Art 2 Les installations sportives sont mises à la disposition de l'ASMR par la Municipalité qui en fixe les conditions d'utilisation (planning, jours et heures d'ouverture, règles à respecter).
- Art 3 L'accès aux installations sportives et la participation aux activités de la section Gymnastique de l'ASMR sont strictement réservés aux adhérents de celle-ci, âgés de 16 ans et plus, à jour de leur cotisation pour la saison en cours. Un contrôle peut être effectué à tout moment.
- Art 4 Chaque adhérent de l'ASMR s'engage :
- A respecter les professeurs, dirigeants et adhérents ;
 - A se conformer aux horaires des activités afin de ne pas perturber leur déroulement ;
 - A quitter la salle dès la fin des cours ;
 - A ne pas gêner la concentration et le travail de chacun ;
 - A respecter les matériels et locaux mis à sa disposition ;
 - A porter une tenue correcte en rapport avec l'activité pratiquée ;
 - A utiliser les vestiaires homme ou femme
 - A appliquer les règles de fonctionnement propres à son activité sportive.
- En cas de non respect de ces règles, des sanctions pourront être prises pouvant aller jusqu'à l'exclusion définitive de l'association.
- Art 5 La cotisation comprenant l'adhésion à l'ASMR, l'assurance et le montant des cours est un forfait annuel acquitté en début de saison sportive. Aucun remboursement de cette cotisation ne peut être demandé, quel qu'en soit le motif.
- Art 6 Lors de son inscription, l'adhérent choisit la ou les séances qu'il fréquentera tout au long de l'année (après une séance d'essai si nécessaire). Aucun changement de créneau horaire ne sera possible.
- Art 7 L'adhérent devra certifier sur son bulletin d'inscription que son médecin l'autorise à pratiquer la ou les disciplines auxquelles il s'est inscrit. En cas d'accident, les professeurs ou les responsables prendront toute décision utile.
- Art 8 En cas d'absence d'un professeur, l'association s'efforce de pallier la défection. Toutefois, elle peut se retrouver dans l'impossibilité d'assurer l'activité le jour de la défection. Il ne pourra pas lui être demandé de compensation financière.
- Art 9 L'ASMR n'étant pas seule utilisatrice des installations, elle dégage toute responsabilité en cas de perte, de détérioration ou de vol d'effets personnels laissés dans les locaux collectifs.
- Art 10 Les zones d'affichage sont réservées aux activités des sections. Il est strictement interdit d'y apposer des inscriptions, tracts et affiches de quelque nature que ce soit.
- Art 11 Toute dégradation des locaux ou toute anomalie des équipements doit être signalée immédiatement au professeur ou aux membres du bureau de la section.
- Art 12 L'adhérent s'engage à respecter le présent règlement ainsi que celui de l'Association Sportive du Mesnil le Roi.

Les cours ont lieu

- au Centre Culturel et Sportif André Malraux (10 rue des Grands Champs),
- pendant toute l'année scolaire à l'exception des vacances de Noël et sauf réquisition de la salle de gymnastique par la Mairie,
- avec une tenue confortable (pantalon souple ou short), des chaussettes ou des chaussures de gymnastique (réservées uniquement à la pratique de la gymnastique et donc à ne pas utiliser à l'extérieur de la salle de gym) ainsi qu'une serviette éponge.

Les documents suivants sont nécessaires pour que l'inscription soit validée :

- le bulletin d'inscription dûment rempli, daté et signé,
- un chèque à l'ordre de l'ASMR ou des coupons sport.

L'inscription engage l'adhérent à ne fréquenter que le ou les créneaux horaires auxquels il s'est inscrit et à se conformer au règlement intérieur qu'il aura signé. Le respect des horaires ainsi que l'acceptation des méthodes de travail du professeur en font partie.

Quelques points importants :

- Inscription à l'année, pas de possibilité de changement de créneau horaire ni de remboursement.
- Pas de rattrapage de cours en cas d'absence de l'adhérent ou d'un professeur.
- **25 personnes** maximum par séance dans la mesure du possible.

Une séance d'essai est possible pour les personnes étrangères à la section. Elles doivent obligatoirement en faire la demande par téléphone ou mail.

En début d'année, les inscriptions sont prises :

au Forum des Associations du Mesnil, le 29 août 2020,

au Forum des Associations de Maisons-Laffitte, le 5 septembre 2020.

Pendant l'année, les inscriptions sont prises aux heures de cours.

Vous pouvez déposer votre bulletin d'inscription avec votre chèque dans la boîte à lettre de l'ASMR Gym au 12 rue des Grands Champs, ou bien l'envoyer à la même adresse.