

Envoyer à : **Annick Robin 2 rue des Courtils 77210 AVON**

Site: **www.rsag.fr**

Mail : **rsag77@gmail.com**

Nom, Prénom :

N° adhérent(e) Né(e) le : TEL :

Adresse :

Code postal :VILLE :

E-mail :

Sur les tableaux cochez à gauche les activités que vous désirez réellement pratiquer.

participation

	Randonnée pédestre	
	Gymnastique en plein air	
	Cyclotourisme	
	Marche nordique	
	Tennis de table	10 €
	Qi gong : 9 h -10 h 30 ; 10 h 30- 12 h	10 €
	Pétanque	

Gymnastique : Participation annuelle : **10 euros** par séance

Attention: 9 h -10 h pour les adhérents inscrits en GMF + Pilates . 11h -12 h adhérents inscrits uniquement en GMF

1 ou 2	Gymnastique maintien en forme (GMF) : 1 -9 h - 10 h Salle Léon Béra 2-11 h - 12 h	10 €
	Gymnastique méthode Pilates 11 h 15- 12 h 15 gymnase butte-Montceau AVON	10 €

Activités aquatiques : : Participation annuelle : 10 euros par séance

Choisir en entourant : 1 ou 2 séances de natation ou 1 séance d'aqua- gym ou 1 séance aqua- gym + 1 séance natation

	Natation : lundi 15 h 20 -16 h 20	Jeudi 15 h 20—16 h 20	10 €- 20 €
	Gymnastique aquatique :lundi 15 h 20—16 h 20 jeudi 15 h 20—16 h 20	petit bain ou grand bain petit bain ou grand bain	10 €

Participation aux activités **Sous total** :

40 euros

COTISATION ANNUELLE

(Si expédition du bulletin trimestriel par internet)

(Si expédition du bulletin trimestriel par poste)

43 euros

1 CHEQUE à l'ordre de : RSAG

TOTAL :

Ce règlement comprend la licence multi-activités FFRS, l'assurance MAIF, l'abonnement aux bulletins trimestriels. Il vous permet de participer à toutes les activités du club et à celles gérées par le CODERS 77.

Le CERTIFICAT MEDICAL doit IMPERATIVEMENT être joint au bulletin d'adhésion ou de réadhésion

Date :

Signature :

Les dossiers incomplets ne seront pas traités.

Les chèques ne seront débités qu'à partir de septembre.