

L'ASCE vous propose de poursuivre ou commencer une activité régulière de :

**Les lundis et mercredis
de septembre 2023 à fin juin 2024
de 12h15 à 13h15
à la DDT**

Venez vous exercer à la méthode Pilates qui a pour objectifs le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, le renforcement musculaire et l'assouplissement articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques.

Conditions de réalisation :

- Cours dispensés par un professeur exerçant dans cette discipline ;
- Séances envisagées de septembre 2023 à fin juin 2024, les lundis et mercredis hors vacances scolaires
- 20 personnes maximum par séance ; liste d'attente au-delà de cet effectif ;
- Les participants à la section Pilates lors de la saison 2022-2023 sont prioritaires ;
- Cours dispensés à la DDT (salle de réunion variable suivant disponibilités, voire annulation du cours).

Conditions de participation à la section « Pilates » :

- être à jour de sa cotisation annuelle à l'ASCE 88 ;
- matériel personnel nécessaire : tenue décontractée
+ tapis de sol + élastique + bonne humeur ;
- la fourniture d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité est recommandée mais non obligatoire.



Le bulletin d'inscription, à retourner avec le règlement.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter la permanence par courriel à l'adresse suivante : asce-88.associations.oh.ddt-88@i-carre.net

BULLETIN D'INSCRIPTION
Section « Pilates »
Activité régulière de sport - Saison 2023-2024

A retourner avec le règlement à la permanence de l'ASCE 88

Nom :

Prénom :

N° Carte ASCE :

Service :

Numéro de téléphone portable :

Déjà pratiquant-e lors de la saison 2022-2023 : oui non (cocher la bonne réponse)

Jour envisagé : lundi ou mercredi

souhaite m'inscrire à la section « Pilates » pour la saison 2023-2024 accompagné(e) des ayants-droits suivants :

Pratiquant lors de la saison 2021-2022

oui non (cocher la bonne réponse)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Nom-Prénom :

Nom-Prénom :

Nom-Prénom :

Nom-Prénom :

Je m'engage (ainsi que mes ayants-droits) à respecter les règles de bonne conduite pour le fonctionnement de la section « Pilates ».

Cotisation : 75,00 €

Signature

INFORMATION IMPORTANTE :

Nous serons amenés au cours de la saison de sport à prendre des photographies individuelles ou de groupe.

Ces photographies pourront éventuellement être destinées à :

- être publiées sur le site internet de l'ASCE,
- paraître à titre d'information dans le compte rendu d'événements.

Si vous vous opposez à la publication de ces photos, il convient de cocher la case suivante :

Je n'autorise pas la publication des photos sur lesquelles j'apparais ainsi que celles des personnes m'accompagnant