

**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](mailto: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