



FICHE D'INSCRIPTION

Pilates / Body Balance Les Mills

NOM	TEL
PRENOM	MAIL
AGE	Responsable légal (titulaire de l'adhésion au FRL)
ADRESSE	DATE
CP	SIGNATURE
VILLE	

Votre adresse mail est uniquement utilisée par le FRL notamment pour diffuser notre mémento, informations et changements imprévus en cours d'année. Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique exclusivement destiné à la gestion de l'association. Conformément à la loi « Informatique et liberté » du 06/01/1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit, veuillez-vous adresser par courrier au FRL ou envoyer un mail sur l'adresse suivante : frlgadagne@wanadoo.fr

« Le Pilates est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique. Il a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques... »

« Idéal pour tout le monde, BODYBALANCE™ est le cours inspiré du yoga qui améliore votre esprit, votre corps et votre vie. Pendant le cours de BODYBALANCE, sur une bande son inspirante, vous vous assouplirez grâce à quelques mouvements simples de yoga qui englobent des éléments de Tai Chi et Pilates. »

Anne-Lise Crisa enseignante au FRL

(Indiquez vos réponses et vos choix en cochant les cases souhaitées - les horaires des cours sont indicatifs et seront adaptés en fonction des souhaits et des groupes de niveaux en début d'année) **Adhésion à l'association obligatoire 27€/an et par famille**

COURS Pilates 1h ou 2h / semaine

Lundi

- 17h30 - 18h30
- 18h30 - 19h30

Vendredi

- 09h30 - 10h30
- 10h30 - 11h30

Montant à régler : 1h / semaine

- La totalité 1 chèque de **177€** (par chèque de la totalité encaissé le 10 Octobre 2024)
- 3 chèques **59€** (encaissés en Octobre 2024 - Janvier et Avril 2025)

Montant à régler : 2h / semaine

- La totalité 1 chèque de **318€** (par chèque de la totalité encaissé le 10 Octobre 2024)
- 3 chèques **106€** (encaissés en Octobre 2024 - Janvier et Avril 2025)

COURS Body Balance 1h / semaine

Lundi

- 19h30 - 20h30

Montant à régler :

- La totalité 1 chèque de **225€** (encaissé le 10 Octobre 2024)
- 3 chèques **75€** (encaissés en Octobre 2024 - Janvier et Avril 2025)