

Comment s'inscrire au FITNESS ?

Documents à fournir

- 1 certificat médical d'aptitude à la pratique du FITNESS.
- La carte club de la saison passée pour les renouvellements.
- 1 justificatif de domicile pour les habitants de GRAND-QUEVILLY (quittance EDF ou autre...).

Tarifs

	Grand-Quevillais				Hors-Commune			
	Adhésion club	Assurance	Cours	Total	Adhésion club	Assurance	Cours	Total
FITNESS Adulte	30	2,35	157,65	190	30	2,35	217,65	250
IP HOP Enfant	30	2,35	97,65	130	30	2,35	97,65	130

Modalités de paiement

Par chèque : Avec échelonnement possible en 5 fois.

En espèce : Intégralité du règlement lors de l'inscription.

Tickets temps-libre (CAF): A déduire du montant total.

Tickets vacances (non remboursable)

Contrat partenaire-jeune: Renseignement en Mairie au service relais partenaire jeune

Remises

15% de remise pour les personnes non-imposables (avec présentation de la feuille de non imposition).

10% de remise pour les étudiants (avec présentation de la carte étudiante)

LES REMISES NE SONT PAS CUMULABLES

Les modalités de paiement offertes n'ouvrent pas droit à un quelconque remboursement pour quelque raison que ce soit.

L'adhésion FITNESS 2010-2011 donne accès à tous les cours mais aussi à l'entrée en salle cardio et musculation (sauf mineurs)

JUDO CLUB de GRAND-QUEVILLY

72, Avenue des Martyrs de la Résistance-76120 GRAND-QUEVILLY

Tel: 02.35.67.00.76 Site web: www.jcgq.fr



LE FITNESS

saison 2010-2011

TABLEAU DES COURS DE FITNESS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		13h45-14h45 Fitness enfant 7 ans / 9 ans <i>Céline</i>			09h45-10h30 Renfo Musculaire <i>Gysèle</i>
		14h45-15h45 Fitness enfant 10 ans / 13 ans <i>Céline</i>			10h30-11h15 Cardio Tempo latino afro discó <i>Gysèle</i>
	12h30-13h30 Step + Renfo Musculaire <i>Agnès</i>	12h30-13h15 T.B.C <i>Agnès</i>	12h30-13h30 Pilates <i>Céline</i>	12h30-13h30 Renfo + Body Sculpt <i>Agnès</i>	
17h45-18h45 Pilates <i>Céline</i>	17h45-18h30 Aérobic débutant <i>Patricia</i>	17h45-18h30 Aéro Dance Avancé <i>Patricia</i>	18h00-19h00 Barre Sculpt <i>Céline</i>	17h45-18h45 Body Stretch <i>Agnès</i>	
18h45-19h30 Step avancé <i>Céline</i>	18h30-19h15 Step intermédiaire <i>Patricia</i>	18h30-19h30 Cardio Fitness Combat <i>Patricia</i>	19h00-19h45 NEW STYLE tous niveaux <i>Céline</i>	18h45-19h30 Step débutant <i>Agnès</i>	
19h30-20h15 Aérobic intermédiaire <i>Céline</i>	19h15-20h15 Street dance <i>Patricia</i>	19h30-20h30 Pilates <i>Patricia</i>	19h45-20h30 F.A.C <i>Céline</i>		

Les cours de FITNESS se dérouleront du 13/09/2010 au 30/06/2011
Pendant les vacances scolaires, un planning différent vous sera proposé.

Voir au dos les modalités d'inscription et les tarifs