



Modalités d'inscription 2023 - 2024

Bonjour à tous,

Pour votre inscription vous devrez:

- Remplir lisiblement (majuscule) le bulletin d'adhésion.
- Régler le montant de la cotisation de préférence par chèque en notant au dos vos nom, prénom et activités payantes choisies.
- Fournir un certificat médical au plus tard le premier jour de l'activité sportive. (en l'absence de celui-ci l'accès au cours vous sera refusé).
- Pour finaliser votre inscription et éviter des erreurs de transcription, envoyer un mail à l'adresse : als.secretaire85@gmail.com avec vos nom, prénom, tel, adresse mail et postale et votre date de naissance
- Joindre une enveloppe timbrée avec votre nom et adresse pour le retour de votre carte d'adhérent.

<input type="checkbox"/> Marche 4 km Jeu après-midi	<input type="checkbox"/> Marche 8 km Mer après-midi	<input type="checkbox"/> Marche 10 km Jeu après-midi
<input type="checkbox"/> Patchwork Lun 14-17h Riaux salle D	<input type="checkbox"/> Danses traditionnelles Ven 14-17h Riaux salle C	<input type="checkbox"/> Atelier Chant Jeu 15-17h Riaux galerie
<input type="checkbox"/> Jeux de société Jeu 14-17h Riaux salle C	<input type="checkbox"/> Pétanque Lun après-midi Plissonneau ou ?	<input type="checkbox"/> Peinture Ven 14-17h Riaux salle D
<input type="checkbox"/> Broderie Point compté Mar 14h étage Plissonneau	<input type="checkbox"/> Théâtre (Sketches humoristiques) Mar 10-12h30 étage Plissonneau	
<input type="checkbox"/> Mini-tennis Lun 16h30-18h Les Saulniers salle 1	<input type="checkbox"/> Montage photos (bêtisier) Mar 17-18h étage Plissonneau	
<input type="checkbox"/> Reportages vidéo	<input type="checkbox"/> Rencontres pause café	
↑ Jours et lieux non fixés ↓		

Aquagym	Aqualonne	Vendredi 8-9h (30 cours)
Yoga	Plissonneau	Mardi 14h-15h
Stretching	les Sauniers	Vendredi 13h30-14h30
Gym Pilates	Plissonneau	Mardi 17h-18h
G M F*	Plissonneau	Mardi 15h30-16h30
Danse en ligne	Plissonneau	Mardi 10h-12h
Bowling (1 fois par mois)		*Gym Maintien en Forme



**Cours de danses de salon avec
Isabelle et Olivier**

Mardi 18h45 à 21h40 - Olonnespace salle polyvalente N°1

**Cours de danses Modern'Line avec
Brigitte**

Mercredi à partir 18h15 - Olonnespace salle polyvalente N°1

Vous pouvez aussi vous inscrire ***par correspondance** en adressant votre dossier à:
Martine BOULET 91 rue de la Pironnière 85180 Les Sables d'Olonne.

* au forum des associations les 1 et 2 septembre au Havre d'Olonne (A côté Super U d'Olonne)

* au forum des associations les 8 et 9 septembre Centre LECLERC (Ylium)

Début des activités: Voir les dates et lieux actuellement sur le site internet - als85.fr

Amicalement

Martine BOULET la secrétaire