

MADAME MONSIEUR

PRÉNOM _____ NOM _____
 NUMÉRO _____ RUE _____
 CODE POSTAL _____ LIEU _____
 DATE DE NAISSANCE _____
 TÉLÉPHONE/GSM _____
 E-MAIL _____

Je désire m'inscrire à/aux activité(s) suivante(s):

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	LIEU	TARIF TRIMESTRIEL	BROCHURE PAGE
----------	------	---------	------	-------------------	---------------

KIDS

<input type="radio"/> Sport for Kids Cycle 1	Mardi & Jeudi	14:00-15:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	12/13
<input type="radio"/> Sport for Kids Cycle 2	Mardi & Jeudi	15:00-16:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	12/13
<input type="radio"/> Sport for Kids Cycle 3	Mardi & Jeudi	16:00-17:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	12/13
<input type="radio"/> Sport for Kids Cycle 4	Mardi & Jeudi	17:00-18:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	12/13
<input type="radio"/> Hip Hop débutants	Samedi	10:30-11:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	14/15
<input type="radio"/> Hip Hop avancés	Samedi	9:30-10:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	15 €	14/15

RÉSIDENTS:
-30 %

BEST AGER 55+

<input type="radio"/> Fitness & Gym 55+	Lundi	15:30-16:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	42/43
<input type="radio"/> Fitness & Gym 55+	Lundi	17:00-18:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	42/43
<input type="radio"/> Fitness & Gym 55+	Mercredi	16:15-17:15	Hall Omnisports Leudelange	45 €	42/43
<input type="radio"/> Danse 55+	Vendredi	15:30-17:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	42/43

RÉSIDENTS:
-100 %

OUTDOOR

<input type="radio"/> Nordic Walking	Lundi	9:00-10:30	Bettembourg	30 €	16/17
<input type="radio"/> Nordic Walking	Mercredi	18:00-19:30	Leudelange	30 €	16/17
<input type="radio"/> Laftreff	Mardi	18:30-20:00	Leudelange	30 €	16/17
<input type="radio"/> Laftreff	Jeudi	18:30-20:00	Leudelange	30 €	16/17

RÉSIDENTS:
-30 %

BODY & MIND

<input type="radio"/> Pilates Stretch	Mercredi	18:00-19:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Pilates	Lundi	9:30-10:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Pilates	Lundi	20:00-21:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Qi Gong	Lundi	19:00-20:30	Centre Sociétaire Leudelange	45 €	32/33
<input type="radio"/> Qi Gong	Mercredi	10:00-11:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Yoga	Mardi	18:30-20:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Yoga	Mardi	20:00-21:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	32/33
<input type="radio"/> Yoga	Vendredi	18:00-19:30	Hall Omnisports Leudelange	45 €	32/33

RÉSIDENTS:
-30 %

CARDIO

<input type="radio"/> Cardio Boxing	Mercredi	20:00-21:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	24/25
<input type="radio"/> Cardio Trampoline	Vendredi	19:30-20:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	24/25
<input type="radio"/> Piloxing	Mardi	20:00-21:00	Centre sociétaire Leudelange	45 €	24/25
<input type="radio"/> Zumba	Mardi	19:00-20:00	Centre sociétaire Leudelange	45 €	24/25
<input type="radio"/> Zumba	Jeudi	10:00-11:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	24/25

RÉSIDENTS:
-30 %

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	LIEU	TARIF TRIMESTRIEL	BROCHURE PAGE
FUNCTIONAL TRAINING					
<input type="radio"/> Soft Gym	Mardi	9:30-10:30	Centre Sociétaire Leudelange	45 €	40/41
<input type="radio"/> Soft Gym	Jeudi	18:30-19:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> Fitness & Gym	Mercredi	20:00-21:00	Hall Omnisports Leudelange	45 €	40/41
<input type="radio"/> Fitness & Gym	Jeudi	9:00-10:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> Cross Training	Lundi	19:00-20:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> Cross Training	Mercredi	8:30-9:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> Cross Training	Mercredi	19:00-20:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> Cross Training	Vendredi	9:00-10:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> HIIT	Lundi	8:30-9:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41
<input type="radio"/> HIIT	Vendredi	18:30-19:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	40/41

RÉSIDENTS:
-30 %

DIVERS					
<input type="radio"/> Self Defense	Jeudi	19:30-20:30	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	31
<input type="radio"/> Parents & Bébé	Vendredi	10:00-11:00	Annexe «Schwemm» Bettembourg	45 €	30
<input type="radio"/> ABO Mëttesstonn	Lundi - Vendredi	12:00-13:45	Annexe «Schwemm» Bettembourg	90 €	28-29

RÉSIDENTS:
-30 %

INDOOR CYCLING

LES INSCRIPTIONS POUR CES COURS SONT À FAIRE VIA NOTRE SITE INTERNET (À PARTIR DE JANVIER 2019) OU DIRECTEMENT À L'ACCUEIL.

TARIF pour cours AVEC COACH: 11,25 € / séance. **TARIF** pour cours SANS COACH: 7,50 € / séance.

DURÉE d'une séance: 60 min - **LIEU**: Annexe «Schwemm» Bettembourg

HORAIRE

INDOOR CYCLING: Lundi (17:30 - 18:30 et 18:30 - 19:30); Mardi (8:30 - 9:30); Jeudi (8:30 - 9:30, 18:00 - 19:00 et 19:00 - 20:00); Samedi (10:00 - 11:00)

INDOOR CYCLING 55+: Lundi (14:30 - 15:30); Mercredi (14:30 - 15:30); Vendredi (14:30 - 15:30)

ABO INDOOR CYCLING: Lundi - Dimanche en dehors des cours collectifs

Je désire m'inscrire au(x) trimestre(s) suivant(s):

Trimestre 2: 7 janvier - 6 avril 2019

Trimestre 3: 23 avril - 12 juillet 2019

_____, le _____

Lieu

Date

Signature

Conformément aux dispositions du «RGPD» (Règlement général sur la protection des données), votre signature sur ce formulaire vaut accord et nous autorise de vous contacter dans le cadre de l'organisation de nos cours. Vos données sont stockées en interne et ne sont pas diffusées à des tierces personnes en dehors de notre syndicat

Par son inscription, le client atteste être apte à pratiquer une activité sportive. La participation aux activités se fait au propre risque.
Pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés. Pas de remboursements en cas d'absence.

Veuillez, s'il vous plaît, envoyer ce formulaire dûment complété à l'adresse ci-dessous