

# FIT'FORME CASTELNAU

## GYM JUILLET 2013

### Mois de la Découverte

**Abdos-Fessiers**  
**Gym douce**  
**Body-sculpt**  
**Cardio - Mix**  
**Gym traditionnelle**



## Zumba

**Notre association vous propose des cours de gym durant le mois de Juillet 2013**

**Les cours se déroulent en journée et en soirée du 2 au 30 juillet 2013**

<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>19H00/20H00</b> Abdos-fessiers	<b>10H45/11H45</b> Gym Traditionnelle	<b>10H45/11H45</b> Gym douce
<b>20H00/21H00 :</b> Cardio Mix		<b>19H00/20H00</b> Body-sculpt
		<b>20H15/21H15 :</b> salle des fêtes Zumba

**Tarifs** : Cours journée: **15€mois** . Cours soirée : **20€mois**  
Zumba (uniquement) : **12€mois**.

**Informations et Inscriptions** :

**Tél** : 06.24.04.50.21

**e-mail** : [gymcastelnau@free.fr](mailto:gymcastelnau@free.fr)

**Site** : [www.fitformecastelnau.com](http://www.fitformecastelnau.com)

# FIT'FORME CASTELNAU

## FICHE D'INSCRIPTION Juillet 2013 (2/07 au 30/07)

Nom : ..... Prénom : .....

Adhérente :

Non Adhérente :

**A remplir uniquement par les personnes non adhérentes à Fit'Forme Castelnaud :**

Adresse : .....

.....

Téléphone : ..... Portable : .....

Adresse e-mail : \_\_\_\_\_

**Les cours seront assurés du Mardi 2 juillet au Mardi 30 juillet 2013.**

Pour les personnes **non adhérentes** à l'association, **un certificat médical** de non contre indication de la gym est obligatoire pour participer aux cours.

### **Planning cours :**

<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>19H00/20H00</b> Abdos-fessiers	<b>10H45/11H45</b> Gym Traditionnelle	<b>10H45/11H45</b> Gym douce
<b>20H00/21H00 :</b> Cardio Mix		<b>19H00/20H00</b> Body-sculpt
		<b>20H15/21H15 :</b> salle des fêtes Zumba

### **A remplir uniquement par l'association**

○ Cours choisi :      Journée :       Soirée :

○ Cotisation :      Espèces :       Chèque :

○ CM:      OUI :       NON :