

# FIT'FORME CASTELNAU

## GYM JUILLET 2015

### 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 2015**

**Les cours se déroulent en journée et en soirée du 2 au 31 juillet 2015**

<b>MARDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b>VENDREDI</b>
<b>9H30/10H30</b> Gym Traditionnelle		<b>9H30/10H30</b> Gym douce
<b>19H00/20H00</b> Body-sculpt	<b>19H00/20H00</b> Abdos-fessiers	
<b>20H15/21H15</b> : salle des fêtes <b>Zumba</b>	<b>20H00/21H00</b> : Cardio Mix	

**Tarifs** : Cours journée: **10€/mois** . Cours soirée : **15€/mois**  
Zumba (uniquement) : **10€/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 2014 (2/07 au 31/07)

**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 Jeudi 2 juillet au Vendredi 31 juillet 2015.**

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>MARDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b>VENDREDI</b>
<b>9H15/10H15</b> Gym Traditionnelle		<b>10H45/11H45</b> Gym douce
<b>19H00/20H00</b> Body-sculpt	<b>19H00/20H00</b> Abdos-fessiers	
<b>20H15/21H15</b> : salle des fêtes <b>Zumba</b>	<b>20H00/21H00</b> : Cardio Mix	

---

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

➤ **Cours choisi** :      **Journée** :       **Soirée** :       **Zumba** :

➤ **Cotisation** :      **Espèces** :       **Chèque** :

➤ **CM**:      **OUI** :       **NON** :