

ATTENTION : AUCUNE INSCRIPTION SANS DOSSIER COMPLET qui comporte

BULLETIN D'ADHÉSION dûment complété et signé

Ne pas oublier de cocher les cases concernant le droit à l'image et autres

+ **règlement par chèque(s)**

+ **une enveloppe timbrée à votre nom et adresse pour envoi de votre licence**

sauf si vous possédez une adresse mail et une imprimante puisque vous pourrez l'éditer vous-même !

ACTIVITES COMPRISES DANS VOTRE ADHESION A 70 €

5 ATELIERS DIFFERENTS au maximum /semaine EN SALLE

+ **activités plein air** si la jauge le permet

PETIT RAPPEL POUR LES INSCRIPTIONS : PREMIER INSCRIT = PREMIER SERVI.

TARIFS : 70 € Adhésion 2025/2026 (chèque à l'ordre de l'ARS)

*** Participation Financière pour les activités suivantes : (à pratiquer 1fois/ semaine)**

STRETCHING ou Yoga ou Renforcement musculaire 45 € /an – Pilates ou Qi Gong 50 €

Forfait (2 activités) Yoga ou renforcement musculaire ou Stretching 80 € /an

- Pilates ou Qi Gong avec 1 activité Yoga ou Renforcement Musculaire ou Stretching) 85 € /an

Activ'mémoire 5 € /an Jeux de société 5 € /an Marche Aquatique 50,85 € /an (chèques ARS à part)

Activités gérées par le CODERS 87 Contacter Mme Hélias : 06/ 12/ 01 /13/ 35 - Site <https://www.coders87.fr>
Aquagym et Bowling , pour y avoir accès prendre une adhésion dans un club "Retraite Sportive"
Adhésion ARS 70€ + Piscine ou bowling CODERS)

POUR LES ACTIVITES EN SALLE, PAR MESURE D'HYGIENE, VEUILLEZ APPORTER VOTRE TAPIS .

Plannings plein air - Voir sur notre site retraitesportivelimoges.net / onglet « plannings »

CLUBS EXTERIEURS : En raison d'une augmentation très importante de nos adhérents nous ne pourrons pas les accueillir dans nos ateliers en salle. Les adhérents extérieurs ne seront acceptés que pour les activités « Plein Air » (randonnées, pétanque). Leur inscription ne pourra être prise en compte qu'à compter du 1 Octobre Merci de votre compréhension.

FRÉQUENTATION DES ATELIERS

Lorsqu'un atelier atteint son seuil de sécurité (imposé par la Mairie et l'assurance et notifié dans la jauge), vous serez orientés vers d'autres ateliers pouvant éventuellement vous accueillir.

Nous vous rappelons qu'il ne vous est pas possible de pratiquer dans la semaine, 2 fois la même discipline en salle, sauf pour les ateliers de Tennis de table / Tennis / Danse / Arts martiaux pour nous permettre d'intégrer les nouveaux adhérents.

La gym sur chaise est réservée aux adhérents ne pouvant pratiquer aucun mouvement au sol .

Interdiction de changer de cours sans l'accord de la présidente ou la secrétaire

Attention : après une absence d'un mois non justifiée, nous proposerons votre place à une autre personne, en attente.

Aucune activité ne sera assurée les jours fériés, ponts, vacances scolaires
(sauf plein air et info des animateurs concernés) ou alerte météo.

Toute l'équipe ARS vous souhaite une bonne rentrée !

Limoges, le 1 août 2025

La présidente M-Françoise Hyllaire

La secrétaire Caty Fouilloud