

RÈGLEMENT INTÉRIEUR DU CLUB DE GYMNASTIQUE BELLECOUR-AINAY

Vous êtes membre d'une **association** loi 1901, les règles de cette association s'appliquent à chacun de ses membres. Nous vous demandons de prendre connaissance de ce règlement, puis de signer le bulletin d'inscription.

- 1 Les inscriptions sont prises par **ordre d'arrivée**. Les dossiers **complets** sont traités en priorité. Si un cours s'avère complet avant réception de votre dossier, il vous sera demandé de choisir un autre cours.
- 2 • Un **certificat médical**, valable 3 ans, est obligatoire pour tout **nouvel adhérent**.
• Une **attestation de santé** est obligatoire pour chaque **ancien adhérent**, qui renouvellera son certificat médical tous les 3 ans.
- 3 Les adhérents de moins de 18 ans doivent présenter une autorisation parentale et une décharge de responsabilité à remettre à l'animatrice au premier cours.
- 4 Vous êtes inscrit à un (ou plusieurs) cours précis et **vous ne pouvez en changer en cours d'année** sauf cas exceptionnel. **Adressez-vous alors au secrétariat : gymisabelle@icloud.com**
- 5 Il n'est pas possible de remplacer un cours manqué en se présentant à un cours **complet**.
- 6 Sauf cas exceptionnel, soumis à l'appréciation du Comité directeur, les cours ne sont pas remboursés.
- 7 Les cours doivent se dérouler en tenue de sport permettant d'évoluer sans entraves pour les mouvements et pour la vue.
- 8 **Pour des raisons d'hygiène sont obligatoires :**
 - une serviette pour poser sur le tapis de sol
 - le port de chaussures (baskets ou chaussons de gymnastique) **réservées exclusivement à cet usage** (pas de chaussettes sans chaussures pour des raisons de sécurité).
- 9 En vous inscrivant, vous acceptez notre politique de confidentialité concernant le Règlement Général sur la Protection des Données.
- 10 Vous faites partie d'une association et à ce titre nous vous invitons à participer à l'**Assemblée Générale annuelle** ou à vous faire représenter.

Modalités **d'inscription**

TARIFS 2021 - 2022

Cotisations pour 33 semaines de cours (du 10/09/21 au 24/06/22) comprenant l'adhésion annuelle au Club GV Bellecour-Ainay et la licence FFEPGV (incluant l'assurance).

Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

160 € 1 cours hebdomadaire
235 € 2 cours hebdomadaires
282 € 3 cours hebdomadaires
Supplément pour 1 cours Pilates : 25 €/an

Votre comité d'entreprise peut prendre en charge la totalité ou une partie du montant de votre inscription.

Pour les moins de 25 ans :

(30 € déduits sur présentation de la carte Pass' Région.
Fournir une photocopie de la carte.)

128 € 1 cours hebdomadaire
185 € 2 cours hebdomadaires
225 € 3 cours hebdomadaires
Supplément pour 1 cours Pilates : 25 €/an

JOINDRE À VOTRE INSCRIPTION :

- **1 certificat médical** (demandé par la Fédération) **pour tout nouvel adhérent, renouvelable tous les 3 ans** ou **l'attestation en réponse au questionnaire de santé pour tout ancien adhérent, renouvelable tous les ans**
- 1 enveloppe allongée, timbrée et libellée à votre adresse
- 1 chèque libellé à l'ordre de Club GV Bellecour-Ainay, encaissé après la reprise des cours.
(possibilité de fractionnement en 2 ou 3 chèques)

**ENVOYER VOTRE DOSSIER
À L'ADRESSE POSTALE :**
Club Gymnastique Volontaire Bellecour-Ainay
BP 2592 - 69218 LYON Cedex 02

www.gym-lyon2.fr



du sport à Lyon 2

Contacts

Courriel : gymvolontaire-069046@epgv.fr

- Isabelle : 06 41 11 74 14
- Sophie : 06 80 48 99 69
- Anne : 06 22 29 22 89

Club Gymnastique Volontaire

Bellecour-Ainay

2021 - 2022

Gymnastique pour tous

3 lieux de cours :

12-14, rue François Dauphin
5, rue Ste Hélène (Gymnase St Marc)
11, rue de Condé (Gymnase du 2^e)

INSCRIPTIONS

- **par courrier postal** (voir adresse au dos)
- lors des **permanences** :
12-14, rue François Dauphin - 1^{er} étage
Jeudi 02/09 de 10h à 13h
Mardi 07/09 de 10h à 13h
au Gymnase, 11 rue de Condé
Jeudi 02/09 de 18h à 20h

Nos activités reprendront
 VENDREDI 10 SEPTEMBRE 2021

Association d'intérêt général recevant des dons
ouvrant droit à réduction d'impôt



Fédération Française

EPGV

Bulletin d'inscription

Madame Monsieur

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

☎ :

@ :

- 1^{ère} inscription Certificat médical
 Renouvellement Attestation
 Enveloppe timbrée à votre adresse

L'inscription en Pilates est limitée à 1 cours par personne

À REMPLIR PRÉCISÉMENT :

JOUR	HEURE	LIEU
1 :
2 :
3 :
Supplément Pilates : 25 €		
TOTAL :		
Chèque à l'ordre de Club GV Bellecour-Ainay		

Le montant de votre cotisation inclut **votre licence sportive FFEPGV** et une assurance Groupama vous garantissant une indemnisation de base des dommages corporels (31€).

J'ai lu le règlement intérieur et je l'approuve

Date : Signature :

Il vous est possible de souscrire une garantie complémentaire IAC Sport pour bénéficier d'une protection plus élevée.

- Je renonce à la garantie IAC Sport
 Je souscris à la garantie IAC Sport
 Chèque indépendant de 10 € à l'ordre de Gras Savoye

Date et signature :

Reprise des cours le vendredi 10 septembre 2021

Horaires des cours : 12-14, rue François Dauphin				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30 - 9h30 CINDY	PA 8h - 9h FLORENCE		PFi 8h - 9h FLORENCE	
9h30 - 10h30 CINDY	9h - 10h FLORENCE	T 9h - 10h CINDY	T* 9h - 10h FLORENCE	9h - 10h ANGELA
A 10h30 - 11h30 CINDY	A 10h - 11h FLORENCE	ST 10h - 11h CINDY	A/S 10h - 11h* PATRICK	A 10h - 11h ANGELA
		PS 11h - 12h* ISABEL NOUVEAU	* Ce cours n'ouvrira que si le nombre d'inscrits est suffisant	S 11h - 12h* ANGELA
T 12h15 - 13h15 NADA	ST 12h15 - 13h15 CINDY	PFi 12h15 - 13h15 ISABEL	12h15 - 13h15 ANGELA	* Inscrivez-vous mais ce cours adapté aux « grands seniors » n'ouvrira que si le précédent compte 10 inscrits
	Y 17h30 - 18h30 PASCALE NOUVEAU			
	PFi 18h40 - 19h40 ISABEL			
	PA 19h40 - 20h40 ISABEL	* Ce cours n'ouvrira que si le nombre d'inscrits est suffisant		

Horaires des cours : 5, rue St ^e Hélène (St Marc)				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		18h15 - 19h15 NADA		
	19h - 20h PASCALE	T* 19h30 - 20h30 PATRICK	T 19h30 - 20h30 ANGELA	
	H 20h - 21h PASCALE			

Horaires des cours : 11, rue de Condé (Gymnase du 2 ^e)				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	T 12h15 - 13h15 NADA			
	Activité d'extérieur de 14h15 à 15h45 1h30 de MARCHE ACTIVE encadrée par PATRICK Du 14/09 au 30/11 et du 25/01 au 14/06		ST 17h - 18h ANGELA	
19h - 20h VALÉRIE			PFi 18h - 19h ANGELA	
Z 20h - 21h NADA NOUVEAU				

Tous nos cours sont mixtes et à base de gymnastique traditionnelle au sol : échauffements, étirements/stretching, renforcement musculaire/abdo-fessiers.

Cours spécifiques

- A** Cours allégés
H Cours destiné aux hommes
ST Stretching : étirements et assouplissements
T Cours toniques
T* Cours très toniques

- P** Pilates : technique visant au renforcement des muscles profonds. Elle associe, dans des mouvements lents, la précision des placements et le travail respiratoire.
 Niveau :
PFi Fondamental / intermédiaire
PA Avancé
PS Adapté aux seniors

- S** Seniors : cours adaptés aux plus âgés d'entre nous et dispensés par des animateurs spécialisés.
Y Yoga débutants
Z Zumba : activité cardio et chorégraphique, d'intensité soutenue, nécessitant une bonne condition physique.
MARCHE ACTIVE : marche rapide, activité cardio, exercices de renforcement musculaire et d'étirement.