



Gymnastique sportive et détente  
Randonnée

## SAISON 2021/2022 GYM FORM'DETENTE

### Informations pour les inscriptions

Espace Rémy Roure 2<sup>ème</sup> étage  
180, allée du 22 janvier 1963 GUILHERAND GRANGES

TEL : 04 69 30 61 98      MAIL : olympicclubgrangeois@gmail.com

### PERMANENCES INSCRIPTIONS

<b>Du 25 août au 27 août inclus</b>	<b>de 15h30 à 18h30</b>
<b>Du 01 au 03 au septembre inclus</b>	<b>de 10 h à 12 h</b>
	<b>de 15 h30 à 18 h30</b>

Nous avons une nette préférence pour recevoir un dossier complet et nous vous en remercions :

- Une photo d'identité pour tous les adhérents
- La fiche d'inscription dûment complétée
- Le règlement :
  - 1,2 ou 3 chèques,
  - chèques ANCV,
  - carte M'RA (déduire 30 €)
- une adresse mail valide en majuscules

### Nouveautés:

Nouveaux adhérents :      certificat médical de moins de 12 mois  
questionnaire santé COVID

Adhérents 2020-21 :      attestation de santé  
Questionnaire santé COVID  
Réduction 25 %

Pour les attestations CE s'adresser directement au secrétariat de l'O C G

**REPRISE :      GYM' FORM DETENTE :      **lundi 6 septembre 2021****

### **IMPORTANT**

Possibilité de 2 cours d'essai gratuits au total .  
Au-delà du 15 octobre 2021, **aucun remboursement ne sera effectué.**

GYM FORM DETENTE : UN MINIMUM DE 12 PERSONNES EST REQUIS POUR LE MAINTIEN D'UN COURS.

## TABLEAU DES ACTIVITÉS 2021-2022

Vos activités	ACTIVITÉS	Qui Anime ?	Quand ?	Prix	Où
<b>FITNESS</b>	<b>Fit'gym</b>	Emmanuelle	Lundi 9h00 Vendredi 8h45	<b>130 €</b>	Salle Gym Spé
		A confirmer	Mardi 9h00		Salle Multi Activités
	<b>Stretching Dynamique</b>	A confirmer	Jeudi 19h00	<b>130 €</b>	Salle de relaxation
	<b>Aérodance</b>	Gaétan	Mercredi 18h30	<b>130 €</b>	Salle Multi activités
	<b>Step Dance</b>	Gaétan	Mercredi 19h30	<b>130 €</b>	Salle Multi activités
<b>WELLNESS</b>	<b>Pilâtes</b>	Emmanuelle	Mercredi 9h00	<b>140 €</b>	Salle Roland Petit
			Mercredi 10h00	<b>140 €</b>	Salle Roland Petit
			Mercredi 19h30	<b>140 €</b>	Salle Margot Fonteyn
			Jeudi 18h30	<b>140 €</b>	Salle Margot Fonteyn
			Vendredi 10h00	<b>140 €</b>	Salle de relaxation
	<b>Hatha Yoga</b>	Emmanuelle	Lundi 17h00	<b>140 €</b>	Salle de relaxation
	<b>PILATES STRETCHING par ZOOM</b>	Emmanuelle	Mardi + replay 18h00	<b>140 €</b>	<b>A la maison !</b>
	<b>Yoga Interculturel</b>	Marion	Lundi 15h00	<b>140 €</b>	Salle Roland Petit
	<b>Yoga Interculturel</b>	Marion	Mardi 11h00	<b>140 €</b>	Salle Margot Fonteyn
<b>Stretching</b>	Emmanuelle	Mercredi 18h30	<b>130 €</b>	Salle Margot Fonteyn	
Activités supplémentaires : 50 €/Activité					

Activités maintenues sous réserve de disponibilité des salles

**Salles Roland Petit, Margot Fonteyn, relaxation :** Espace Remy Roure, 2<sup>ème</sup> étage

**Salle Gym Spé et Salle Multi Activités :** Centre Omnisport

## ASSURANCES

L'association OLYMPIC CLUB GRANGEOIS a souscrit une assurance Responsabilité Civile auprès de MMA au profit de ses membres dans le cadre des activités pratiquées dans l'association. Chaque adhérent peut prendre connaissance des conditions générales et particulières de ce contrat au Bureau de l'OCG.

Sont indiqués :

- La définition de l'assuré
- Les activités garanties « responsabilité civile » s'appliquant aux dommages survenus au cours ou à l'occasion de la pratique des sports enseignés dans le club, des manifestations sportives, des déplacements sur le trajet aller et retour sur le lieu des compétitions
- Le montant des garanties

**Important** : l'assurance peut être complétée par une assurance Individuelle Activité couvrant :

- Frais médicaux / Frais hospitaliers
- Indemnités journalières complémentaires en cas d'arrêt de travail (option midi ou maxi)
- Accident et rapatriement
- Invalidité / Décès

Documentation au Bureau de l'OCG ou sur simple demande par mail