



Gymnastique sportive et détente
Randonnée

SAISON 2022/2023 GYM FORM'DELENTE

Informations pour les inscriptions

Espace Rémy Roure 2^{ème} étage
180, allée du 22 janvier 1963 GUILHERAND GRANGES

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

PERMANENCES INSCRIPTIONS

Du 31 août au 2 septembre inclus

Du 5 au 9 septembre inclus

de 15h30 à 18h30

de 10 h à 12 h et

de 15 h30 à 18 h30

Le dossier ne sera accepté que s'il est complet, à savoir :

- Une photo d'identité pour tous les adhérents
- La fiche d'inscription dûment complétée
- une adresse mail valide en majuscules
- un certificat médical de moins de 12 mois à la date d'inscription
- Le règlement :
 - 1,2 ou 3 chèques,
 - chèques ANCV,
 - carte M'RA (déduire 30 €)

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

REPRISE : GYM' FORM DETENTE : **lundi 12 septembre 2022**

IMPORTANT

Possibilité de 2 cours d'essai gratuits au total .

Au-delà du 15 octobre 2022, **aucun remboursement ne sera effectué.**

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

TABLEAU DES ACTIVITÉS 2022-2023

ACTIVITÉS	Qui Anime ?	Quand ?	Prix	Où
Fit'gym	Emmanuelle	Mardi 9h00 Vendredi 8 h45	140 €	Dojo Centre Omnisport
Aérodance	Gaétan	Mercredi 18h30	140 €	Salle Multi activités
Step Dance	Gaétan	Mercredi 19h30	140 €	Salle Multi activités
Pilâtes	Emmanuelle	Mercredi 9h00	140 €	Salle Roland Petit
		Mercredi 10h00	140 €	Salle Roland Petit
		Mercredi 19h30	140 €	Salle Margot Fonteyn
		Vendredi 10h00	140 €	Salle de relaxation
PILATES STRETCHING par ZOOM	Emmanuelle	Mardi 18h00 + replay	140 €	A la maison !
Hatha Yoga	Emmanuelle	Jeudi 12h15	140 €	Salle Roland Petit
Hatha Yoga	Emmanuelle	Jeudi 18h30	140 €	Salle Roland Petit
Yoga Interculturel	Marion	Lundi 15h00	140 €	Salle Roland Petit
Stretching	Emmanuelle	Mercredi 18h30	140 €	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^{ème} étage

Salle Gym Spé, Dojo 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