

## FICHE D'INSCRIPTION 2026 - 2027

### INFORMATIONS GENERALES

- Les cours ont lieu au complexe Visiosport à Montceaux : salle de danse du bâtiment Visiosport :  
SAUF : Cours du mardi après midi : complexe Visiosport Dojo du Jardin des Sports  
Activité plein-air, point de rencontre : Parc de la Batellerie à Montmerle
- Pour les cours en salle nécessitant des chaussures, chaque adhérent doit disposer d'une paire de chaussures de sport à semelle non marquante, dédiée au seul usage intérieur de la salle de sport.
- Calendrier cours : du 7/9/2026 au 2/7/2027 avec :
  - Arrêt pendant les vacances scolaires
  - Trêve activité plein air : 01/12/2026 - 15/03/2027
- Ouverture d'un cours soumise à un minimum de 15 inscrits.
- L'inscription devient définitive lorsque le dossier d'inscription est complet (adhésion, choix des cours, santé, paiement, acceptation des conditions d'adhésion)

NOM de naissance :

NOM d'usage :

Prénom :

Date de naissance :

Tel :

Mail :

Adresse :

- Je suis déjà licencié FFSV dans une autre association,  
Alors préciser le club et nous consulter pour les tarifs :

### CHOISISSEZ VOS COURS (cocher les cours choisis) :

Cuisses Abdo Fessiers lundi 9.00 - 10.00	
Cuisses Abdo Fessiers lundi 10.00 - 11.00	
Pilates lundi 11.00 - 12.00	
Renfo-Cardio lundi 17.30 - 18.30	
Renfo-Cardio lundi 18.30 - 19.30	
Gym posturale lundi 19.30 - 20.30	
Fitness intensité modérée mardi 8.45 - 9.45	
Posturale douce & pilates doux mardi 9.45-10.45	

Pilates mardi 16.15 - 17.15 (dojo jardin des sports)	
Yoga mardi 17.15 - 18.15 (dojo jardin des sports)	
Pilates mardi 18.15 - 19.15 (dojo jardin des sports)	
Gym'Oxygène merc. 18.00 - 19.30 (Parc Batellerie)	
Renfo full body jeudi 17.30 - 18.30	
Cuisses Abdo Fessiers jeudi 18.30 - 19.30	
Pilates Jeudi 19.30 - 20.30	
Gym posturale douce & stretching vend. 9.00 - 10.00	
Qi Gong vendredi 10.00 - 11.30	

### CHOISISSEZ VOTRE FORMULE SELON LE NOMBRE DE COURS COCHÉS CI-DESSUS (entourer) :

Cours Qi Gong seul : 170 €	1 cours <u>sans</u> Qi Gong : 135 €
2 cours dont Qi Gong : 245 €	2 cours <u>sans</u> Qi Gong : 210 €
3 cours dont Qi Gong : 280 €	3 cours <u>sans</u> Qi Gong : 245 €
4 cours dont Qi Gong : 315 €	4 cours <u>sans</u> Qi Gong : 280 €
5 cours dont Qi Gong : 350 €	5 cours <u>sans</u> Qi Gong : 315 €
6 cours dont Qi Gong : 385 €	6 cours <u>sans</u> Qi Gong : 350 €

**SANTE** : L'exercice physique pratiqué d'une façon régulière constitue une occupation de loisir saine et agréable. Beaucoup de personnes devraient augmenter leur niveau d'activité physique au quotidien, et ce tous les jours de la semaine. Mener une vie active est bénéfique pour la santé de tous. Ce questionnaire vous dira s'il est nécessaire de consulter un médecin afin d'établir l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives.

**Répondez soigneusement et honnêtement OUI ou NON à chaque question ci-dessous.**

**Pour les mineurs, nous consulter**

	OUI	NON
1) <b> Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque, d'une hypertension artérielle, d'une affection de longue durée (ALD) ou d'une autre maladie chronique</b>		
2) <b> Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?</b>		
3) <b> Ressentez-vous une douleur à la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel au repos, une fatigue intense au cours de vos activités quotidiennes ou lorsque vous faites de l'activité physique?</b>		
4) <b> Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liés à des étourdissement ou avez-vous perdu connaissance au cours des 12 derniers mois?</b>		
5) <b> Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ?</b>		
6) <b> Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?</b>		
J'ai répondu <b>NON</b> à toutes les rubriques du questionnaire de santé ci-dessus		
J'ai répondu <b>OUI</b> à au moins une rubrique du questionnaire de santé ci-dessus. Alors, je remets un certificat médical datant de moins de 6 mois		

#### **DROIT A L'IMAGE (Cochez 1 des 2 cases ci-dessous)**

<input type="checkbox"/>	J'ACCEPTÉ l'utilisation de mon image pour la communication et la promotion des évènements de l'association
<input type="checkbox"/>	Je refuse l'utilisation de mon image

#### **CONDITIONS D'ADHESION**

En adhérant à Sports et Loisirs Montmerle-sur-Saône, vous reconnaissez :

- Avoir pris connaissance du règlement intérieur, accessible sur internet <https://sportsetloisirmontmerle.fr> ou sur demande,
- Etre informé de l'intérêt que présente la souscription d'une assurance complémentaire de personne couvrant les dommages corporels auxquels une pratique sportive peut vous exposer et de garanties relatives à l'accompagnement juridique et psychologique ainsi qu'à la prise en charge des frais de procédure engagés par les victimes de violences sexuelles, physiques et psychologiques et pouvoir souscrire ces garanties complémentaires auprès de l'assureur de mon choix.
- Etre informé que l'association et la FFSV collectent et utilisent mes données personnelles dans le cadre de mon contrat d'adhésion à l'association et du contrôle de l'honorabilité lorsqu'il est nécessaire. Les données personnelles de chaque adhérent sont utilisées à des fins de gestion associative, mais également à des fins statistiques non-nominatives. Chaque adhérent est informé qu'il a un droit d'accès, de modification, d'effacement et de portabilité qu'il peut exercer sur ses données personnelles. Pour faire valoir ce droit, l'adhérent devra envoyer un e-mail à l'association à l'adresse suivante [sportsetloisirs01090@gmail.com](mailto:sportsetloisirs01090@gmail.com).

<b>CHOISISSEZ VOTRE MODE DE REGLEMENT</b>	
Chèque	
Chèque-vacances classique (ANCV exclusivement)	
Coupons sport (ANCV exclusivement)	
Espèces	

Fait à

Le

**Signature, précédée de la mention « lu et approuvé »**