



TARIFS DE SEPT À JUIN	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
<p>Pour l'accès aux cours avec adhésion à l'Association Delta ADULTE: 240€ ADULTE : AVEC COURS DE YOGA: 360€</p> <p>COUPLE: 370€ COUPLE AVEC YOGA POUR 1 PERSONNE : 502€</p> <p>MULTI DANSES : 84€ au trimestre</p> <p>Cours de YOGA : 180€ + Licence Adulte : 32,50€ ou Attestation obligatoire d'une assurance pour tous risques et accidents de la vie</p> <p>Marche nordique 130€ pour la saison</p> <p>Occasionnel: une fois 40€ puis 4€ la séance Si Inscrit aux cours en salle : Gratuit</p>	<p>9h30-10h30 Gym Form'équilibre</p> <p>10h30-11h30 Abdos -périnée- gainage</p> <p>(Morgane)</p> <p>18h30-19h30 Accès libre aux appareils</p> <p>19h30 - 20h30 Renfo-cardio</p> <p>(Morgane)</p>	<p>9h30- 10h30 Cross-training</p> <p>10h30- 11h30 Swiss ball</p> <p>(Morgane)</p> <p>18h30-19h30 Cardio-danse LIA</p> <p>19h30-20h30 Cuisses-abdos-fessiers CAF</p> <p>(Sébastien)</p>	<p>9h00 - 11h00 MARCHE NORDIQUE</p> <p>10h-11h30 YOGA (Dojo complexe sportif) (Rose-Marie)</p>  <p>18h15-19h15 Renfo. Musculaire</p> <p>19h15- 20h15 Stretching</p> <p>(Morgane)</p>	<p>9h30-10h30 Cardio-training Renfo. musculaire</p> <p>10h30-11h30 Gainage</p> <p>(Sébastien)</p> <p>18h30-19h30 Gym Tonique – Cardio</p> <p>19h30-20h30 Renforcement Musculaire</p> <p>(Sébastien)</p>	<p>9h30-10h30 Gym d'entretien façon Pilates</p> <p>10h30-11h30 Stretching</p> <p>(Sébastien)</p> <p>18h15-19h15 Multi Danses (Afrobeat - Hip-Hop - Booty Shake - Twerk)</p> <p>(Morgane)</p>	<p>Tous les Dimanches Marche Nordique 9h - 11h</p>  <hr/> <p>INFOS</p> <p><u>LIEUX DES COURS :</u></p> <p><u>YOGA</u> DOJO COMPLEXE SPORTIF OU SALLE POLYVALENTE ÉCOLE PRIMAIRE DE BEAUMONT (POUR LES VACANCES SCOLAIRES)</p> <p><u>TOUS LES AUTRES COURS:</u> COMPLEXE SPORTIF DE BEAUMONT SALLE DE DELTA.</p>
	<p>Règlement :</p> <p>Paiement en plusieurs chèques (Max 10) A donner avec le dossier. Encaissement le 10 du mois (sauf le premier mois, dès l'inscription) Chèques non encaissés et rendus si cause COVID (confinement, covid.)</p> <p>Pour la licence UFOLEP Un chèque à part de 32,50€</p>	<p>Document à consulter impérativement: Règlement intérieur. Documents à imprimer à partir de notre site internet et à fournir lors de votre inscription : Certificat médical (obligatoire); Fiche d'inscription signée; 1 enveloppe timbrée par famille ou 2 enveloppes si vous n'avez pas internet.</p> <p>Attention: Les adhérents, qui au terme d'un mois d'inscription n'auront pas fourni une attestation d'assurance valide, seront contraint de prendre la licence U.F.O.L.E.P. Durant les périodes de vacances scolaires certains cours ne seront pas assurés.</p>				