

# FORMULAIRE PRE-INSCRIPTION ADULTE 2025/2026

(Une fiche par personne)

NOM : ..... PRÉNOM : ..... DATE DE NAISSANCE : .....

ADRESSE : ..... CP : ..... VILLE : .....

MAIL : ..... TELEPHONE : .....

Les activités et cours d'aquagym permettent de pratiquer une activité physique dans un milieu sécurisé, adapté aux attentes individuelles sans contrainte de pesanteur (contenu : échauffement, travail avec ou sans matériel, relaxation).

- 10 séances de 45 minutes.
- Pas de séance pendant les vacances scolaires de la zone B. Ni jour férié.
- En cas d'ouverture publique avant ou après votre cours, vous devez vous acquitter de son droit d'entrée.
- L'inscription est personnelle et ne peut en aucun cas être cédée à un tiers.
- Le port du bonnet de bain, douche savonnée est obligatoire.

## COURS AQUAGYM

Numéroté les activités choisies par ordre de préférence

(1 ; 2 ; 3 ...)

\

|               |                                                                  |                               |               |  |  |
|---------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------|--|--|
| AQUA' DOUCE   | Rythme adapté sur fond musical                                   | lundi                         | 16h15 > 17h00 |  |  |
|               |                                                                  | Mardi                         | 11h00 > 11h45 |  |  |
|               |                                                                  | Vendredi<br><b>(8 PLACES)</b> | 10h00 > 10h45 |  |  |
| AQUA' MODERÉ  | Rythme modéré sur fond musical                                   | lundi                         | 15h00 > 15h45 |  |  |
|               |                                                                  | mardi                         | 16h30 > 17h15 |  |  |
|               |                                                                  | jeudi                         | 11h15 > 12h00 |  |  |
|               |                                                                  | vendredi                      | 11h15 > 12h00 |  |  |
| AQUA' TONIC   | Rythme avec intensité sur fond musical                           | lundi                         | 11h15 > 12h00 |  |  |
|               |                                                                  | mardi                         | 15h30 > 16h15 |  |  |
|               |                                                                  | vendredi                      | 15h00 > 15h45 |  |  |
|               |                                                                  | samedi                        | 9h00 > 9h45   |  |  |
| AQUA'MIX      | Rythme avec intensité sur fond musical                           | lundi                         | 19h00 > 19h45 |  |  |
|               |                                                                  | jeudi                         | 18h00 > 18h45 |  |  |
| AQUA'TRAINING | Rythme avec intensité sur de multiples ateliers sur fond musical | mardi                         | 12h15 > 13h00 |  |  |
|               |                                                                  | vendredi                      | 19h00 > 19h45 |  |  |

RÉSERVÉ À L'ADMINISTRATION :

DOSSIER REÇU LE ..... À .....

DOSSIER VALIDÉ .....  
PAR .....