Feuille d'inscription Gym Plaisir
Saison 2025/2026

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : ☐ Nouvelle adhésion : ☐ Renouvellement : ☐

Adresse : _____

Code Postal : ☐ Ville : _____

Téléphone : ☐ (Portable uniquement)

Obligatoire pour vous prévenir en cas d'urgence ou absence d'un animateur

Courriel : _____ @ _____

Participera au cours de : (cochez les cases correspondantes aux activités choisies)

	Les cours	Les animateurs
☐	Body Balance (complet)	Valérie
☐	Danse rock déb. et interméd.	Philippe F
☐	Multi danses	Philippe F
☐	Danse latine débutant lundi	Melquisec
☐	Danse latine confirmé lundi	Melquisec
☐	Latino Fit adultes Soppe/haut	Melquisec
☐	Latino Fit enfants 7 à 12 ans	Melquisec
☐	Danse lat. & cub enf 7-12ans	Melquisec
☐	Gym douce adultes & séniors	Anne
☐	Cuisses Abdo Fessiers mardi	Anne
☐	Power Training	Anne
☐	Très Beau Corps	Anne
☐	Cuisses Abdo Fessiers jeudi	Alexandre
☐	Power Step	Alexandre
☐	Cross Training	Alexandre
☐	Marche Nordique matin	Philippe B
☐	Marche Nordique après-midi	Philippe B

Voir le programme sur Gym-plaisir.fr onglet animations

	Les cours	Les animateurs
☐	Do In (hors abonnement)	Claude

	Les cours	Les animateurs
☐	Modern Jazz 6-11 ans	Florian
☐	Modern Jazz 12-17 ans	Florian
☐	Modern Jazz adultes	Florian
☐	Bébé gym 2 à 3 ans	Florian
☐	Bébé gym 4 à 6 ans	Florian
☐	Pilates cours 1 SLB 18H00	Leina (complet)
☐	Pilates cours 2 SLB 19H00	Leina (complet)
☐	Pilates cours 3 SLB 20H00	Leina (complet)
☐	Pilates cours Lauw 11H00	Leina (places dispo.)
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		

☐ QS-SPORT ou certificat médical si vous avez répondu NON à l'une des questions du QS SPORT

☐ Attestation extra-scolaire enfants

☐ Cochez cette case si vous souhaitez une facture

Adultes : cours pendant les vacances scolaires exceptés Pâques et Noël
Enfants : pas de cours pendant les vacances scolaires sauf si besoin rattrapage de cours

IMPORTANT POUR VOTRE INSCRIPTION

Aucune inscription ne sera effectuée sans :
QS-SPORT ou certificat médical si vous avez répondu NON à l'une des questions du QS SPORT
Sans Attestation d'Assurance extra-scolaire pour les enfants.

Pour la bonne pratique de votre activité et le respect des équipements,
le port des chaussures de sport d'intérieur est OBLIGATOIRE.
Les tapis de sol ne sont pas fournis

Pour tout renseignement complémentaire, appeler le 06 18 57 32 48
et laisser un message ou envoyez-nous un message via le formulaire de contact sur notre site internet http://www.gym-plaisir.fr

Tous nos cours sont dispensés par des animateurs brevetés

Cotisation annuelle

Enfants jusqu'à 18 ans	: 115€	un cours par semaine
Enfants jusqu'à 18 ans	: 195€	cours à volonté
Adultes	: 155€	un cours par semaine
Adultes	: 220€	cours à volonté
Adultes couples	: 255€	un cours par semaine
Adultes couples	: 325€	cours à volonté
Seniors (65 ans)	: 140€	un cours par semaine
Seniors (65 ans)	: 190€	cours à volonté
Couples séniors (65 ans)	: 220€	un cours par semaine
Couples séniors (65 ans)	: 250€	cours à volonté
Do In (hors abonnement)	: 260€	

QUESTIONNAIRE DE SANTÉ «QS-SPORT»
Préalable à la pratique d'une activité sportive

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour pratiquer une activité sportive au sein de l'Association Gym Plaisir Vallée de la Doller.

répondez aux questions suivantes par **OUI** ou par **NON**.

DURANT LES 12 DERNIERS MOIS :	**OUI**	**NON**
1 | Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2 | Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3 | Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4 | Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5 | Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6 | Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐

À CE JOUR :	**OUI**	**NON**
7 | 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.) survenue durant les 12 derniers mois ?	☐	☐
8 | Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9 | Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐

NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de la personne remplissant le questionnaire.

SI VOUS AVEZ REPONDU NON A TOUTES LES QUESTIONS :

Pas de certificat médical à fournir.
Simplement attestez, selon les modalités prévues par l'Association Gym Plaisir, avoir répondu NON à toutes les questions et le notifier sur votre bulletin d'inscription.

SI VOUS AVEZ REPONDU OUI A UNE OU PLUSIEURS QUESTIONS :

Certificat médical à fournir.
Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

Fait à le / /

Je certifie sur l'honneur l'exactitude des renseignements fournis

Signature