

ACTIVITE
LIGNE ET FORME
2023/2024

BULLETIN D'INSCRIPTION
A découper et à retourner au Palais des Sports

Nom :

Prénom :

Date de naissance :/...../.....

Adresse :
.....
.....

Tél :

Je reconnais avoir lu et accepté le règlement

Signature de l'adhérent

AUTORISATION PARENTALE
pour les mineurs de plus de 16 ans

Je soussigné(e) père, mère, tuteur *
NOM PRENOM

.....
déclare avoir le plein exercice de l'autorité parentale
et autorise ma fille/mon fils à pratiquer les activités
Ligne et Forme.

Signature du responsable légal

*Rayer les mentions inutiles

PLANNING ACTIVITES LIGNE ET FORME

Saison 2023/2024

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
9h à 10h Gym ZUMBA	8h30 à 12h Musculation	8h30 à 12h Musculation	9h à 10h Gym ZUMBA 10h à 12h Musculation
10h à 11h Pilates	12h30 à 13h15 Abdos fesses	12h30 à 13h15 Pilates	12h30 à 13h15 Body step
11h à 12h Stretching	14h à 15h Pilates	13h30 à 17h30 Musculation	14h à 15h Pilates
14h à 17h30 Musculation	15h à 16h Stretching	17h30 à 18h30 Pilates	15h à 16h Stretching
17h30 à 18h30 Cardio step	16h à 18h30 Musculation		16h à 18h00 Musculation

Salle de danse au 1^{er} étage

Salle de musculation au rez-de-chaussée

REGLEMENT

LIGNE ET FORME

Conditions d'accès aux cours collectifs et à la salle de musculation

- L'accès aux cours collectifs et à la salle de musculation est réservé aux titulaires des cartes d'abonnement ou aux personnes ayant acquitté le prix de la séance.
- Les cartes doivent être retirées et réglées auprès du professeur ou du régisseur en espèces ou chèque établi à l'ordre du Trésor public et sont valables un an.
- Les cartes d'abonnement sont établies sur un seul nom et ne peuvent être cédées, prêtées et utilisées par plusieurs personnes.
- l'âge minimum est fixé à 16 ans avec une autorisation parentale.
- Les cours pris mais non payés seront facturés et redevables auprès du Trésor public qui sera chargé du recouvrement.
- Le service des sports vous engage à consulter votre médecin avant toute pratique sportive.

Règles d'hygiène

- Une tenue de sport correcte et adaptée est obligatoire avec chaussures à semelles antidérapantes et propres.
- Une serviette de toilette est obligatoire afin de protéger les appareils et les tapis de sol de la transpiration.

Règles de sécurité

- L'accès dans les salles ne peut se faire qu'en présence du professeur des activités Ligne et Forme.
- Les issues de secours doivent être fermées et non obstruées pour faciliter l'évacuation des personnes.

Règles de fonctionnement

- Les cours collectifs sont assurés dès le 4^{ème} participant et l'accueil dans les salles est limité à la capacité maximale autorisée.
- L'accès pourra être refusé si le nombre de participants a atteint le quota autorisé.
- En cas d'indisponibilité du professeur des activités Ligne et Forme et de l'impossibilité pour la ville de pourvoir à son remplacement, la commune sera tenue d'annuler les cours.
- Les activités Ligne et Forme seront suspendues pendant les périodes de congés du professeur ainsi que pendant la période de fermeture de fin d'année du Palais des sports et de la culture.

Interdictions

- Fumer et manger dans les salles.
- Utiliser son téléphone portable pour émettre ou recevoir des appels.
- Déranger les autres utilisateurs par des comportements néfastes à l'appréciation du professeur des activités Ligne et Forme.

Tout usager ne respectant pas ce règlement pourra être exclu des salles.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

PALAIS DES SPORTS
Allée Victor Hugo
30240 Le Grau du Roi
Tél : 04.66.51.10.70

TARIFS ADULTES

3,50 € la séance

Carte de 20 séances : 52 €
(37 € pour les – de 18 ans)

Carte de 40 séances : 84 €
(54 € pour les – de 18 ans)

Carte de 60 séances : 115 €
(84 € pour les – de 18 ans)



ACTIVITÉ MUNICIPALE



LIGNE ET

FORME



2023/2024