



ALVA GYM

Saison 2022-2023

BULLETIN D'ADHÉSION

C'est ma 1ère adhésion à l'ALVA gym



Nom : Prénom :

Date de Naissance :

Sexe : ☐ M ☐ F

Adresse :

Code postal :

Ville :

N° de téléphone :

Mail :

@

Pour toute information, contacter le Secrétariat au 05.63.29.13.60. ou par mail :
a.l.v.a-82@wanadoo.fr

Quelques conseils pratiques pour vivre sereinement les activités

Pour bénéficier de l'assurance, le certificat médical est obligatoire, chaque année.
Pour votre confort, il est recommandé d'apporter une serviette et votre tapis personnel

J'ai pris connaissance des conseils pratiques, ci-dessus :

A, le

Signature :

Horaires et tarifs

Je coche les cours que je souhaite suivre

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H15	HIT Tabata		Renforcement musculaire		Renforcement musculaire postural
10H15					
10H15	Stretching		Stretching		Gym Douce
11H15					
10H30				Gym Lia	
11H30					
12H30		Prévention Mal De Dos		Prévention Mal De Dos	
12H30				Pilates	
13H25					
17H30			ZUMBA Adultes		
18H30					
18H15		STRONG			
19H15					
18H30	Prévention Mal De Dos		TRAINING Fonctionnel		
19H30					

Intensité ☐ Forte ☐ Modérée ☐ Faible

FORMULES	+ extension « mal de dos »	+ extension zumba	TOTAL
Formule complète	107 €	+ 33 €	+ 40 €
4H00	100 €	+ 33 €	+ 40 €
3H00	87 €	+ 33 €	+ 40 €
2H00	73 €	+ 33 €	+ 40 €
1H00	60 €	+ 33 €	+ 40 €
Prévention «Mal de dos» 1H00	60 €		
Zumba adulte	80 €		
Cotisation ALVA	10 €		
TOTAL			

Règlement par chèque à l'ordre de ALVA Gym.

AMICALE LAÏQUE VALENCE D'AGEN

29 Av. de Bordeaux 82400 Valence d'Agen Tel: 05.63.29.13.60

Mail : a.l.v.a-82@wanadoo.fr / Site: alva2rives.fr

Association Loi 1901 " Sports – Loisirs - Culture " Créée en 1913



A.L.V.A GYM

Saison 2022/2023



RESPECT DE LA VIE PRIVEE - DIFFUSION D'IMAGES

La section pourra diffuser toutes images des adhérents et de leurs accompagnants, à l'intérieur comme à l'extérieur à l'occasion de toutes activités de la section, au moyen de toutes techniques de communication. (Prospectus, articles de presse, programmes de télévision, réseaux informatiques en France comme à l'étranger).

Par application des dispositions de l'article 9 du Code civil qui stipule que chacun a droit au respect de sa vie privée, toute personne pourra manifester auprès du club son opposition formelle à la diffusion de son image; il n'y aura d'exception - à laquelle le signataire souscrit en pleine connaissance de cause - que pour les images d'un adhérent, lors de toutes manifestations organisées par l'ALVA Gym.

Les soussignés M, Mme, :

.....

reconnait avoir pris connaissance des dispositions ci-dessus.

A Valence d'Agen,

le20.....

Signatures :

AMICALE LAÏQUE VALENCE D'AGEN

29 Av. de Bordeaux 82400 Valence d'Agen Tel: 05.63.29.13.60

Mail : a.l.v.a-82@wanadoo.fr / Site: alva2rives.fr

Association Loi 1901 " Sports - Loisirs - Culture " Créée en 1913

