ACTIGYM ÉCHIRÉ - ST MAXIRE

Échiré, 30 juin 2025

Cher(e) adhérent(e), ou futur(e) adhérent(e).

Les cours ont été assurés normalement pendant la saison 2024/25. Notre club comptait 314 adhérent(e)s.
Nos **séances** reprendront le lundi **1 septembre 2025.** Il y aura cours pendant la 1ere semaine des vacances scolaires de la Toussaint, d'hiver et de printemps. Pas de cours les jours fériés.

La GYM : Nous vous proposons 12 cours. Attention certains cours du mardi matin sont saturés. Pour une bonne qualité de cours, des directives seront données pour une bonne répartition des adhérents.
Un nouveau cours est créé le jeudi matin à Echiré.

GYM	*Horaires*	*Lieux*	*Animateurs*
Lundi	14h30 à 15h30	ÉCHIRÉ salle du dojo	Justine
	20h15 à 21h15	ST MAXIRE gymnase	François
Mardi	10h00 à 11h00* et 11h15 à 12h15*	ÉCHIRÉ salle H. Gelot	Justine
	10h45 à 11h45*	ST MAXIRE gymnase	Michèle
	11h00 à 12h00*	ÉCHIRÉ salle du dojo	Lucie
	20h00 à 21h00	ÉCHIRÉ gymnase	David
Jeudi	**Nouveau** : 11h00 à 12h00*	ÉCHIRÉ salle H. Gelot	Tifenn
	10h45 à 11h45*	ST MAXIRE gymnase	Ludivine
	18h30 à 19h30	ÉCHIRÉ gymnase	Tifenn
Vendredi	1er vendredi du mois 10h00 à 11h00*	ÉCHIRÉ gymnase	Michèle
	Autres vendredis 9h45 à 10h45* et 11h00 à 12h00*	ÉCHIRÉ salle H. Gelot	

**ces cours de gym douce sont plus particulièrement réservés aux séniors*

2 séances gratuites sont offertes à toute personne souhaitant découvrir la gym (hors Pilates yoga et gym adaptée).

La Gym Adaptée : Nous proposons 2 cours de gym adaptée. Nombre de places limité.

GYM Adaptée	*Horaires*	*Lieux*	*Animateurs*
Lundi	**Nouveau** 10h45 à 11h45	ÉCHIRÉ salle Agrippa	Ludivine
Jeudi	14h30 à 15h30	ÉCHIRÉ salle H. Gelot	

Réservation au 06 48 93 80 31

Le Pilates : Nous proposons 6 cours de Pilates. Nombre de places limitées. 1 cours d'essai payant.

PILATES	*Horaires*	*Lieux*	*Animateurs*
Lundi	2éme lundis du mois 18h40 à 19h40	ST MAXIRE	Justine
	Autres lundis 18h45 à 19h45	ECHIRE salle Mélusine	
	18h30 à 19h30	ST GELAIS	Ludivine
Mardi	18h00 à 19h00	ECHIRE salle Mélusine	Tifenn
	19h15 à 20h15	ECHIRE salle Mélusine	Tifenn
Mercredi	17h00 à 18h00	ECHIRE salle Mélusine	Justine
	2éme mer. du mois 18h30 à 19h30	ST MAXIRE	Justine
	Autres mer. 18h30 à 19h30	ECHIRE salle Mélusine	

Réservation au 06 48 93 80 31

Le Yoga : Nous proposons 2 cours de yoga. Nombre de places limité.1 cours d'essai payant possible.

YOGA	*Horaires*	*Lieux*	*Animateurs*
Lundi	9h15 à 10h30 et 10h45 à 12h00	ÉCHIRÉ salle H. Gelot	Lisa

Réservation au 06 48 93 80 31

Tarifs saison 2025/2026 pour l'année (1/09/2025 au 31/08/2026) :

Il est possible de régler par 3 chèques. Ils seront déposés : le 1er à la date d'inscription, le 2ème le 1er novembre ; le 3ème le 1er janvier.

	Nouvelle adhésion	**Renouvellement adhésion**
GYM SEULE (pour un ou plusieurs cours par semaine)	**98 €** ; ou 3 chèques : 38€, 30€, 30€	***88 €** ou 3 chèques : 28€, 30€, 30 €.*
GYM ADAPTEE *(1 cours/ semaine)*	***200** € ; ou 3 chèques : 70€, 70€, 60€.* Cours d'essai : 8€	***180 €** ou 3 chèques : 60€, 60€, 60€.*
PILATES SEUL *(1 cours/ semaine)*	**220 €** ; ou 3 chèques : 80€, 70€, 70€. Cours d'essai : 8€	***200 €** ou 3 chèques : 80€, 60€, 60€.*
YOGA SEUL *(1 cours/ semaine)*	**190 €** ; ou 3 chèques : 70€, 60€, 60€. Cours d'essai : 8€:	***173 € :*** ou 3 chèques : 70€, 52€, 51€.
GYM + PILATES	**308 €** ; ou 3 chèques : 108€, 100€, 100€	***278 €*** ou 3 chèques : 98€, 90€, 90€.
GYM + YOGA	**278 €** ; ou 3 chèques : 98€, 90€, 90€.	***251 €*** : ou 3 chèques 85€, 85€, 81€

Les coupons Super U (viennent en déduction du 1er chèque) :

- **Opération Commerciale** avec Super U ECHIRE du **25/08/2025 au 14/09/2025** ; maxi 4 bons de réduction par licence. A remettre avec votre dossier d'inscription et au plus tard le 1 octobre 2025

Certificat médical n'est plus obligatoire :

Répondez soigneusement et honnêtement au questionnaire de santé :

- Si vous avez répondu NON à toutes les questions du questionnaire, merci de remplir et signer le cadre de la fiche d'inscription,
- Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. Vous devez consulter un médecin afin qu'il vous examine et délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club avec votre fiche d'inscription. Le certificat médical valable sur la saison 2025/2026, doit dater **de moins de 6 mois**.

Les inscriptions pour la saison 2025/2026 auront lieu **uniquement** :

- **Samedi 6 septembre 2025 de 14h00 à 18h00** au forum des associations à Echiré
- **Jeudi 11 septembre 2025 de 10h30 à 11h00** au gymnase de St Maxire
- **Jeudi 11 septembre 2025 de 18h00 à 19h00** dans le hall de la salle de sports à Echiré
- **Mardi 16 septembre 2025 de 9h30 à 11h15** salle Huguette Gelot à Echiré

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION d'ACTIGYM ÉCHIRÉ - ST MAXIRE

Contacts : *Gilles FOUQUERAY (06 48 93 80 31)*
Françoise BEAUFFRETON (06 28 54 07 65)
Jocelyne ROBINEAU (06 72 80 97 14)