



ADHESION SAISON 2026-2027

N° Licence :

Ou N° Carte Loisir :

Renseignements Personnels : (A corriger si erreur ou modification)

Mme. / M. Nom :

Prenom :

Date de naissance :

Adresse :

Code Postale : Ville :

Choix des activités au verso (Maximum 5)

Recueil de consentement des personnes (règlement européen sur la protection des données personnelles)

1. « Je donne mon consentement au recueil et au traitement des données me concernant par le club de l'Amitié Retraite Sportive de Saint Gilles Croix de Vie, et à la mise sur le site internet du club des photographies de moi-même pouvant être prises dans le cadre des activités du club.
2. Je prends note que je peux, à tout moment, demander à connaître les éléments conservés sur moi et que, selon les termes de la loi du 6 janvier 1978 « informatique et liberté », je bénéficie d'un droit d'accès, de rectification, de suspension et d'opposition aux informations et messages me concernant.
3. En réglant mon adhésion, je reconnais avoir pris connaissance de la Charte du Respect du club, l'accepter sans réserve et m'engager à en respecter les dispositions.
4. Assurances FFRS incluses dans la licence 1,16 € - Responsabilité civile /Défense-recours, assistance rapatriement/Frais de secours, Assistance psychologique et juridique.
« J'atteste avoir pris connaissance des conditions et des garanties d'assurance et d'assistance ainsi que de la possibilité de souscrire une garantie complémentaire option MSC I.A Plus et une garantie complémentaire option.

Option MSC I.A Plus 6,05 €/an	Option Effets personnels 26 €/an
☐ Je souhaite souscrire la garantie option MSC I.A Plus qui se substituera, en cas d'accident corporel, à la garantie de base de la licence. J'intègre la cotisation complémentaire de 6,05 € pour la saison sportive 2026/2027 au règlement de ma licence.	☐ Je souhaite souscrire la garantie option Effets Personnels. J'intègre la cotisation complémentaire de 26 € pour la saison sportive 2026/2027 au règlements de ma licence.

Je, soussigné (e), reconnais avoir pris connaissance des points ci-dessus et atteste de la sincérité des renseignements que j'ai fournis.

Fait à Saint Gilles Croix de Vie : le Signature :



Il est nécessaire de préciser la ou les séances auxquelles vous souhaitez participer en mettant une croix en face de l'activité/séance choisie. Les activités suivantes sont limitées à :

- **1 séance maximum** : Activ'Mémoire, Informatique ou Pilates.
- **2 séances maximum** : Gym ou Yoga (avec un supplément pour la 2^e séance).
- **5 activités maximum** par adhérent (une activité avec plusieurs séances ne compte que pour une seule activité).
- Un seul niveau de **gym** (douce, entretien ou tonique) et un seul niveau de **marche** (6, 8 ou 11 km). Un changement de niveau restera possible en début de saison avec l'accord des animateurs.

Retraite Sportive Club de l'Amitié
Saison 2026-2027

Tarifs des activités avec paiement d'un supplément

Activité	1 ^{re} séance	2 ^e séance	Totale (2 séances)
Gym	60 €	25 €	85 €
Pilates	145 €	Non autorisée	145 €
Tai Chi	145 €	0 €	145 €
Yoga	90 €	40 €	130 €

Tarif adhésion

Adhésion Loisirs

Adhésion Club	22 €	
---------------	------	--

Adhésion Sportive

Cotisation	Cout	Détail des tarifs
License FFRS	40 €	Licence : 28 € Assurance obligatoire : 1 € CORERS* : 5 € CODERS** : 6 €
Adhésion Club	22 €	
Total	62 €	

* CODERS Comité Départemental de la FFRS

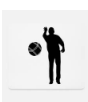
** CORERS Comité Régional de la FFRS



RETRAITE SPORTIVE Club de l'Amitié

St Gilles Croix de Vie



			X				X
ACTIVITÉ DANSÉE 	MARDI	10h15 à 12h15		PETANQUE 	LUNDI	14h00 à 17h00	
ACTIV MÉMOIRE 	MARDI	3 séances de 45 minutes 09h20 à 11h55 10h15 à 11h00 11h10 à 11h55			VENDREDI	14h00 à 18h00	
ANGLAIS FRANCOPHONES 	LUNDI	9h00 à 10h30		PHOTO** 	LUNDI	9h15 à 10h30	
	LUNDI	10h30 à 12h00 (en alternance avec la Dictée)		PICKLEBALL 	JEUDI	17h00 à 19h00	
ANGLAIS - FRANCAIS ANGLOPHONES 	VENDREDI	9h00 à 10h30 (Anglais) 10h30 à 12h00 (Français)		PILATES 	MARDI	10h15 à 11h15 et 11h30 à 12h30	
BADMINTON 	LUNDI	17h00 à 18h45			MERCREDI	14h00 à 15h00 et 15h00 à 16h00	
	MARDI	16h30 à 18h00			VENDREDI	9h15 à 10h15 et 10h15 à 11h15	
BOWLING * 	MARDI	14h00 à 16h00 - 1er et 3ème mardi du mois		SWIN GOLF 	LUNDI	9h00 à 12h00	
COUTURE 	LUNDI	9h30 à 11h30			JEUDI	9h00 à 12h00	
	VENDREDI	9h30 à 11h30		TAI CHI QI QONG - Cours 	MARDI	9h30 à 10h30 - débutant	
DANSE DE SALON 	MARDI	10h15 à 12h15				10h30 à 11h30 - QI QONG	
DICTÉE** 	LUNDI	10h30 à 12h00				11h30 à 12h30 - confirmés	
GYM DOUCE* 	LUNDI	10h00 à 11h00 sur tapis 11h00 à 12h00 sur chaise				16h30 à 18h00 - expert et éventail	
	VENDREDI	10h00 à 11h00 sur chaise		TAI CHI QI QONG - Entraînement	JEUDI	10h30-12h00 experts = le ciel	
GYM ENTRETIEN* 	LUNDI	17h45 à 18h45				14h00 à 16h00 débutant et confirmé = la terre et l'homme	
	MARDI	17h00 à 18h00		TENNIS * 	LUNDI	9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00	
	VENDREDI	9h00 à 10h00			JEUDI	9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00	
GYM TONIQUE* 	LUNDI	16h00 à 17h00		TENNIS DE TABLE 	MARDI	16h30 à 18h30	
	VENDREDI	11h00 à 12h00			MERCREDI	18h30 à 20h00	
INFORMATIQUE** 	LUNDI	9h15 à 10h30 - Avancée			VENDREDI	16h00 à 18h00	
		10h30 à 11h45 - Niveau 1		TENNIS REBOND 	VENDREDI	16h00 à 18h00	
JEUX DE SOCIÉTÉ 	MARDI	14h00 à 17h00		TIR A L ARC 	LUNDI	17h00 à 18h30	
MARCHE AQUATIQUE 	VENDREDI	9h30 à 11h00			VENDREDI	16h30 à 18h30	
MARCHE DOUCE 	JEUDI	13h45 - 5 à 6 kms		VELO VAE 	MERCREDI	13h45	
MARCHE 	JEUDI	13h45 - 8 kms		VELO VTC 	MERCREDI	13h45	
MARCHE NORDIQUE 	MERCREDI	14h00 à 17h00		YOGA* 	MARDI	17h45 à 18h45	
MARCHE PIEDS DANS L EAU 	VENDREDI	10h00			JEUDI	9h30 à 10h30	
MARCHE RANDO 	JEUDI	13h45 - 11 kms			JEUDI	11h00 à 12h00	
					VENDREDI	16h15 à 17h15	
					SAMEDI	14h00 à 15h00	
Activité Loisirs							

* Activités avec suppléments

** Activités en alternance (une semaine sur deux)