



La Rabelèze

## ACTIVITES SPORTIVES PROPOSEES PAR LE FOYER RURAL/LA RABELEZE EN 2019-2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>PILATES</b> Niv. Fonda Inter		17h 30 à 18h 30	9h 30 à 10h 30	18h 15 à 19h 15	10h 30 à 11h 30	
<b>HIIT</b>				19h 15 à 20h 15		
<b>GYM TONIC</b>		18h 30 à 19h 30		17h 15 à 18h 15		
<b>GYM SENIOR</b>			10h30 à 11h 30		9h 15 à 10h 15	
<b>YOGA</b>		18h 30 à 19h 45				

Les cours seront assurés  
par Valérie CAZELLES pour le PILATES,  
par Sofian BERANGER pour le HIIT  
par Claire MARDON pour le YOGA

Renseignez-vous sur les autres activités (badminton ou gym stretching), régies par d'autres fonctionnements.

Toutes les activités figurant dans le tableau auront lieu dans le Complexe Sportif (Gymnase et Salle Judo-Danse) ou dans la Salle des Fêtes (Salle de la Chorale et Grande Salle)

## TARIFICATION

1 activité hebdo	160,00 €/an
YOGA (activité d'1h ¼ env)	175,00 €/an
2 activités hebdo	230,00 €/ an
3 activités hebdo	300,00 €/an
4 activités hebdo	350,00 €/an

+ l'adhésion annuelle au Foyer Rural de 18€/an

Le paiement peut s'effectuer en 1 ou plusieurs règlements au moment de l'inscription (cf bulletin d'inscription)

L'inscription définitive à toute activité sportive est conditionnée à la présentation d'un certificat médical récent ou d'une attestation (à demander en début d'année aux responsables)

Foyer Rural La Rabelèze  
Mairie de St Sulpice, Place de l'Hôtel de Ville– 31410 SAINT SULPICE SUR LEZE  
[foyrural.larabeleze@gmail.com](mailto:foyrural.larabeleze@gmail.com)

# REGLEMENT INTERIEUR

## I) Paiement:

Le paiement de l'activité se fait intégralement **lors de l'inscription** en chèques ou en espèces : possibilité de paiement en 1, 3 ou 5 fois. Les chèques seront encaissés le 15 du mois.

- pour un paiement en 5 fois, en octobre, en décembre, février, avril et juin
- pour un paiement en 3 fois en octobre, en janvier et en avril

**En début de session, le Foyer Rural offre un à deux cours d'essai gratuit(s).**

## II) Remboursements des cours:

Une fois l'engagement pris de s'inscrire sur une activité, il ne sera plus possible d'en changer sans raison valable (maladie, raisons professionnelles ou familiales). Les absences ne sont pas remboursées.

Le remboursement peut être demandé uniquement dans les cas suivants :

- Grossesse
- Immobilisation plâtrée ou maladie grave entraînant la contre-indication du sport ou de la danse.
- Déménagement ou reprise d'activité non programmée au moment de l'inscription

## III) Certificat médical

Il est **obligatoire**. En cas de non délivrance, le Foyer Rural se décharge de toute responsabilité en cas d'accident.

## IV) Vacances scolaires/ Annulation changement d'horaires

Les cours sont suspendus pendant les vacances scolaires. Les jours fériés ne seront pas remplacés. En cas d'absence de l'intervenant(e), soit il/elle est remplacé(e), soit le cours est reporté.

## V) Retards

Les retards trop fréquents aux cours ne pourront être acceptés car ils perturbent le bon déroulement de celui-ci. Le Foyer Rural s'autorise le droit, en accord avec l'intervenant(e), de ne plus accepter la personne en cours

## V) Responsabilité

Le Foyer Rural

- décline toute responsabilité en cas de vol, perte d'objets personnels dans les locaux.
- se réserve le droit d'exclure toute personne qui ne respecterait pas le règlement.

**Je m'engage à respecter le règlement intérieur**

Fait à

le

Signature

## FICHE D'INSCRIPTION ATELIERS ADULTE

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Profession : .....

Adresse : .....

..... CP/VILLE .....

N° de téléphone : ..... .....

Adresse email : .....@.....

Problème de santé devant être signalé au professeur : .....

.....

**Je m'inscris à l'activité/aux activités suivante(s).**

**Cochez ou surlignez activités et horaires choisis**

PILATES Niv 1	Mardi 17h 30 à 18h 30	Mercredi 9h30 à 10h 30	Jeudi 18h 15 à 19h 15
PILATES DEBUTANT			Vendredi 10h 30 à 11h 30
GYM TONIC	Mardi 18h 30 à 19h 30	Jeudi 17h 15 à 18h 15	
GYM SENIOR		Mercredi 10h 30 à 11h 30	Vendredi 9h 15 à 10h 15
HIIT		Jeudi 19h 15 à 20h 15	
YOGA	Mardi 18h 30 à 19h 45		

Paiement  en espèces  en chèque

Nombre de versements 1 fois 3 fois 5 fois

**+ Adhésion annuelle au Foyer rural : 18,00 €/an**