



FITNESS

Ados Adultes Seniors



La saison 2025-2026 se déroulera du lundi 8 septembre 2025 au vendredi 15 juin 2026.
Les cours n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires (zone B) et les jours fériés.

Lieu : **Salle polyvalente « Louis Pommereau » de Marsauceux**

Sauf la ZUMBA : **MAISON DE LA CULTURE « Robert Rios Castro » – 14 rue des longs champs – 28500 S^{TE} GEMME MORONVAL**

Nom : Prénom : Date naissance :

Adresse :

Tél. domicile : Tél. portable :

Adresse mail :@.....

HORAIRES et TARIFS annuels (hors adhésion ASC 20 €/an)

Séances encadrées par des éducateurs diplômés :

☐ ZUMBA	Lundi 19h30 à 20h30	avec Lionel	Tarif : 115 €
☐ CAPOEIRA 	Mardi 19h à 20h	avec Lionel	Tarif : 115 €
☐ FAC <i>Fessiers Abdos Cuisses</i>	Jeudi 19h15 à 20h15	avec Educ.sportif	Tarif : 150 €
☐ STEP	Jeudi 20h15 à 21h15	avec Educ.sportif	Tarif : 150 €
☐ GYM D'ENTRETIEN	Vendredi 9h30 à 10h30	avec Noa	Tarif : 130 €

Tenue conseillée : Une paire de tennis propres, une bouteille d'eau, tenue décontractée

Pièces à fournir au dossier d'inscription :

- ☐ Fiche Adhésion à l'ASC Mézières 2025-2026
- ☐ Fiche sanitaire de liaison
- ☐ **Certificat médical d'aptitude à la pratique du sport**
- ☐ Cotisation annuelle - possibilité d'établir plusieurs chèques (Maxi.3)

➤ **7 € de réduction pour chaque inscription à partir de la 2^{ème} au sein d'un même foyer**

TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ

Association Sportive et Culturelle de Mézières en Drouais

30/32, Grande Rue – 28500 Mézières en Drouais - Tél : 02.37.43.74.52

E-mail : ascmezieres@wanadoo.fr Site Internet : <https://www.ascmezieres.fr>

Association loi 1901 agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative
pour le Volontariat Associatif, la Jeunesse et l'Education Populaire et le Sport

Agréée par l'Agence Nationale pour la Cohésion Sociale et l'Egalité des Chances au titre du Service Civique