



Pilates



Saison 2023 - 2024

Permanences pour l'inscription dans chaque centre la semaine du 11 septembre

Reprise des cours
le 18 septembre 2023

| Jour | Horaire | Professeur | Responsable salle |
|---|---------------|------------|--|
| Centre sportif Buffault - 26 rue Buffault 75009 Paris - 6 ième étage | | | |
| Jeudi | 12h30 - 13h30 | Nathalie | Pascale 06 89 94 63 24 / gp.magnin@free.fr |
| Vendredi | 12h00 - 13h00 | | |
| | 13h00 - 14h00 | | |
| Centre d'animation Jacques Bravo (Nouvelle Athènes) - 14-18 rue de la tour des Dames 75009 Paris | | | |
| Mardi | 11h30 - 12h30 | Sarah | Pascale 06 89 94 63 24 / gp.magnin@free.fr |
| | 12h30 - 13h30 | | |
| Mercredi | 17h30 - 18h30 | | |
| | 18h30 - 19h30 | | |
| | 19h30 - 20h30 | | |
| Espace 16 - 16 rue Roger Bacon 75017 Paris | | | |
| Lundi | 09h00 - 10h00 | Maxime | Anne-Françoise / aoustaf51@orange.fr |
| | 10h00 - 11h00 | | |
| Gymnase Jean Dame - 21 rue Léopold Bellan 75002 Paris | | | |
| Vendredi | 12h15 - 13h15 | Ophélie | Véronique / veronique.pajor@gmail.com |

TARIFS SAISON 2023 - 2024

| | |
|----------------------------------|-------|
| Pilates ⁽¹⁾ | 285 € |
| Pilates (2ième cours /sem) | 100 € |
| Réduction < 25 ans, hors adhésic | -20% |
| Adhésion nouvel adhérent | 35 € |

(1) : La cotisation donne accès à un second cours d'une heure par semaine de Gymnastique ou Stretching.
Au-delà, il sera demandé 60€ pour chaque cours supplémentaire d'une heure de Gymnastique ou Stretching.

Merci de contacter les responsables de salle

A FOURNIR OBLIGATOIREMENT

- la fiche d'inscription* / réinscription* (téléchargeable sur le site) remplie et signée recto verso
 - une photo d'identité (ou votre carte d'adhérent)
 - votre adresse mail
- un seul chèque (adhésion + cotisation) à l'ordre de l'ADSF

IMPORTANT

- Aucune inscription ne sera acceptée sans dossier complet.
- Votre carte d'adhérent devra être présentée à chaque cours.
- Pour le bon déroulement des cours, merci d'arriver à l'heure et d'éteindre vos téléphones portables.
- Compte-tenu de la modicité de nos cotisations, les cours insuffisamment fréquentés pourront être supprimés.
 - Nous dégageons notre responsabilité quant aux vols qui pourraient se produire pendant les cours