



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 :

<input type="checkbox"/> ZUMBA	Lundi 19h30 à 20h30	avec Lionel	Tarif : 115 €
<input type="checkbox"/> FAC <i>Fessiers Abdos Cuisses</i>	Jeudi 19h15 à 20h15	avec Educ.sportif	Tarif : 150 €
<input type="checkbox"/> STEP	Jeudi 20h15 à 21h15	avec Educ.sportif	Tarif : 150 €
<input type="checkbox"/> 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



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 :

<input type="checkbox"/> ZUMBA	Lundi 19h30 à 20h30	avec Lionel	Tarif : 115 €
<input type="checkbox"/> FAC <i>Fessiers Abdos Cuisses</i>	Jeudi 19h15 à 20h15	avec Noémie ?	Tarif : 150 €
<input type="checkbox"/> STEP	Jeudi 20h15 à 21h15	avec Noémie ?	Tarif : 150 €
<input type="checkbox"/> 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