

Le 1^{er} Septembre 2021



Adhésion et tarifs Saison 2021 – 2022 suite à adhésion 2020 - 2021

- montant de l'adhésion à l'association : **42 €** pour l'année, il comprend :
 - l'inscription à la Fédération Française de Retraite Sportive et sa revue Vital'ité.
- l'affiliation au Comité Régional de Retraite Sportive (CORERS)
- l'affiliation au Comité Départemental de Retraite Sportive (CODERS)
- la licence sportive obligatoire et l'assurance GRAS SAVOYE valable du 1^{er} /09/ 2021 au 31/ 08 /2022
- l'inscription au club Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO)
- + **Tarif des activités** saison 2021 - 2022 à compter du **13 Septembre 2021** (hors vacances scolaires)

Activités	Tarif pour la saison	Payable en 3 fois
Aquagym pour 1 heure par semaine	180 €	Oui
pour 2 heures par semaine	300 €	Oui
Danse Modern'jazz	180 €	Oui
Gymnastique maintien en forme 1h/semaine	180 €	Oui
Gym barre au sol 1h/semaine	180€	Oui
Gym pour 2 heures par semaine	300 €	Oui
Marche Nordique (mercredi, jeudi)	30 €	
Marche Nordique (lundi ou mardi) 1 séance/semaine	135 €	Oui
2 séances par semaine	225 €	Oui
Natation (initiation – perfectionnement)	180 €	Oui
Pétanque	20 €	
Pilâtes 1h/semaine	180€	Oui
2h/semaine	300€	Oui
Qi Gong 1h/ semaine	180€	Oui
Randonnées pédestres	20 €	
Sophrologie	210€	OUI
Stretching postural ou stretching	180 €	Oui
Tai chi chuan	180 €	Oui
Yoga 1 séance par semaine	210 €	Oui
2 séances par semaine	360 €	Oui
Jumelage de 2 activités à 180€	300€	Oui
Jumelage de 2 activités à 180€ et 210€	330€	Oui
Jumelage de 2 activités à 210€	360€	Oui

Au cas où une activité serait annulée en cours d'année, les sommes trop perçues seraient remboursées au « prorata temporis »

Inscriptions :

- à notre permanence à la MVAC du 16^{ème} tous les **mardi matin** de 10h30 à 12h30 à **partir du mardi 31 août**, **exception les mardis 7 et 14 septembre ajouter de 14h à 16h**
- par correspondance adressée à : Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO), MVAC du 16^{ème} – Boîte n° 24 14 avenue René Boylesve 75016 Paris à compter du 16 Août 2021.
- Pièces à fournir OBLIGATOIREMENT** : - le **bulletin d'adhésion** rempli lisiblement en lettres majuscules, daté et signé (ne pas oublier les numéros de téléphone et adresse courriel).
- l'**attestation assurance** « Gras Savoye » complétée et signée.
- le **règlement** des activités choisies + le montant de l'adhésion au club (**42€**) par chèque à l'**ordre de RSPO**
- le **certificat médical** de non contre-indication à la pratique de l'activité choisie **OU** l'**attestation** « Qi sport-santé » pour un renouvellement de moins de 3 ans.
- **1 ENVELOPPE AFFRANCHIE** à vos nom et adresse (pour l'envoi de votre licence à domicile).



Siège : MVAC du 16^{ème} boîte n° 24
 14, av. René Boylesve – 75016 Paris
 Courriel : spor16@orange.fr
 Site : www.sport-seniors-paris-ouest.fr
 Tél : 06 62 78 02 15
 Secrétariat : 06 42 47 68 22

Les Permanences

Tous les mardi de 10h30 à 12h30

MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 16^{ème}

14, avenue René Boylesve - 75016 Paris

Métro ligne 6, arrêt Passy – Bus ligne 72, arrêt Lamballe-Ankara ou Bir Hakeim

Le 2^{ème} mercredi de chaque mois de 10h à 12h

MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 15^{ème}

22, rue de Saïda - 75015 Paris

Tram T3a arrêt Georges Brassens

Le 2^{ème} mercredi de chaque mois de 15h à 17h

MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 9^{ème}

54, rue Jean-Baptiste Pigalle - 75009 Paris

Métro lignes 2 et 12, station Pigalle ou ligne 12, station Saint Georges

Bus arrêt Pigalle, lignes 67, 54, 30

Les Lieux d'Activités

Piscine de la Plaine : 13, rue du Général Guillaumat - Paris 15^{ème}

Piscine Henry de Montherlant : 32, Boulevard Lannes - Paris 16^{ème}

Bassin école Léon Biancotto : 6, avenue de la Porte de Clichy – Paris 17^{ème}

Gymnase André Malraux : 112, rue de Rennes Paris 6^{ème} **salles Molière ou Michelet**

Gymnase Vaugirard Littré : 87, rue de Vaugirard – Paris 6^{ème} **salle de danse**

Gymnase Jacqueline Auriol : 208, rue du Faubourg Saint Honoré

entrée rue piétonne : 7, allée Louis de Funès Paris 8^{ème} **salle polyvalente n° 2**

Gymnase Roquépine : 18, rue Roquépine Paris 8^{ème} **salle de danse**

Centre d'animation Nouvelle Athènes : 14, rue de la Tour des Dames – Paris 9^{ème}

Petite salle de sport

C3B : Carrefour Culturel Chrétien Beaugrenelle 54, rue Emeriau – Paris 15^{ème}

Salles Molière ou Angora au rez-de-chaussée.

Gymnase Cévennes : 11, rue de la Montagne d'Aulas

entrée au niveau du 190, 192 rue Saint Charles Paris 15^{ème} **niveau -1 salle de danse.**

Gymnase du stade Suchet : 25, avenue du Maréchal Franchet d'Esperey

entrée Square Henry Bataille - Paris 16^{ème} **salle de danse.**

Gymnase Léon Biancotto : 6, avenue de la Porte de Clichy Paris 17^{ème}

MN lundi et mardi : RV devant le Pavillon Dauphine Porte Dauphine Paris 16^{ème}

MN mercredi et jeudi programme trimestriel remis aux adhérents.

Pétanque : Pelouse d'Auteuil Paris 16^{ème} : à 200 m de l'hippodrome, Route de Boulogne à Passy.

Randonnées : en Ile de France, programme trimestriel remis aux adhérents.