

Adhésion et tarifs Saison 2024 – 2025

Montant de l'adhésion « découverte » à l'association : **20 €** pour le trimestre, il comprend :

- L'inscription :
 - à la **Fédération Française de Retraite Sportive (FFRS)** et sa revue Vital'ité
- La licence sportive obligatoire et l'assurance GRAS SAVOYE valable du **1/9/2024 au 31/08/2025**
- L'inscription au club **Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO)**

+ **Tarif des activités** saison 2024-2025 à compter du **01/04/2025** (hors vacances scolaires)

Activités	Tarif au 01/04/2025
Aquagym *	70 €
Gym douce barre au sol *	65 €
Gym holistique *	65 €
Gym maintien en forme GMF *	65 €
Marche Nordique mercredi et jeudi	30 €
Marche Nordique * lundi ou mardi	50 €
Natation * (initiation – perfectionnement)	70 €
Pétanque	20 €
Pilâtes *	65 €
Qi Gong *	65 €
Randonnées pédestres	30 €
Stretching *	65 €
Stretching - Pilâtes *	65 €
Stretching postural *	65 €
Taï Chi Chuan *	65 €
Yoga *	70 €
*Réduction par activités supplémentaires Exemples : 2h Aquagym 130 € au lieu de 140 € 2h GMF 120 € au lieu de 130 € 1h GMF + 1h Yoga 125 € au lieu de 135 € 2h GMF + 1h Qi Gong 185 € au lieu de 200 €	5 €

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.
- aux permanences du 9^{ème} et du 15^{ème} arrondissement le 2^{ème} mercredi du mois **sur RENDEZ VOUS**
- par correspondance adressée à :
Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO), MVAC du 16^{ème} - Boîte n° 24 14 avenue René Boylesve 75016 Paris

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).
- le **règlement** des activités choisies + le montant de l'adhésion au club (20€) par chèque à l'ordre de **RSPO**
- le questionnaire santé Q-AAT+ est à compléter et à garder sur vous pendant vos activités
NE PAS NOUS LE RENVOYER