

 FEDERATION FRANÇAISE RETRAITE SPORTIVE SPORT SENIOR SANTÉ*	CODERS 75 Retraite Sportive de Paris	 Retraite Sportive RSPO Paris Ouest	1^{ère} inscription ☐ Renouvellement ☐ <u>Découverte</u> ☒
---	---	---	---

BULLETIN D'ADHESION SAISON 2025 - 2026

le 1^{er} Avril 2026

N° du club : 75002

Licence n° :

Date d'inscription FFRS 2025 26 :

Comment avez-vous connu le club :

Mme, Mr, Nom :

Prénom :

Né(e) le :

Adresse :

N° Rue :

Ville :

Code postal :

Adresse e-mail (courriel) :

Téléphone fixe :

téléphone portable :

Personne à prévenir en cas d'accident

Mme, Mr, Nom :

Prénom :

Téléphone fixe :

Portable :

ACTIVITES	LIEU et JOUR	COTISATION en €
Aquagym		
Gym douce barre au sol		
Gym holistique du Docteur Lily Ehreinfried		
Gymnastique maintien en forme GMF		
Marche nordique mercredi et jeudi suivant calendrier trimestriel bâtons non fournis pour essai Envoi du calendrier par mail : oui non		
Marche Nordique lundi <u>ou</u> mardi <u>ou</u> vendredi au Bois de Boulogne bâtons non fournis pour essai		
Natation initiation - perfectionnement		
Pétanque		
Pilates		
Qi Gong		
Randonnées pédestres suivant calendrier trimestriel PAS d'ESSAI Envoi par mail : oui non		
Stretching		
Stretching Pilates		
Stretching postural		
Taï Chi Chuan		
Yoga		
	Adhésion « découverte » au club	25€
	Réduction éventuelle	
Réglé par chèque n° :		
Banque :	TOTAL :	

Je soussigné (e) certifie avoir complété l'auto-questionnaire santé Q-AAP+ et répondu à toutes les questions.

Date :

Signature de l'adhérent :

Signature RSPO :

RSPO – Retraite Sportive de Paris Ouest MVAC du 16^{ème} boîte n° 24 14, Avenue René Boylesve 75016 Paris

Téléphone : renseignements adhésions **Carole au 06 88 69 08 02** lundi, jeudi de 10h à 12h

Autres jours **Jacqueline au 06 89 47 74 28** sauf week end

Mail : spor16@orange.fr Site : www.sport-seniors-paris-ouest.fr