

Adhérent TL SE n°

Nom

Prénom

Tél

Email

Personne à prévenir en cas d'accident (Nom & Tél)

.....

.....

semaine du 29 juin au 03 juillet				
Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 1er	Jeudi 2	Vendredi 3
Rando pique-nique R29 9h00 - 13h30 Gare de Gazinet - Sources de Monsalut	Dojo Bellegrave Gym d'entretien GE30 8h50-9h45 Pilâtes P30a 9h50-10h45 Pilâtes P30b 10h50-11h45	Petite Marche M1 (allure modérée) 9h00 - 10h30 Sources Monsalut	Dojo Bellegrave Reprise -Bien-être RB2 8h50-9h50 Etirements du dos E2a 9h55-10h45 Etirements du dos E2b 10h50-11h45	Salle André Nègre Badminton B3 9h00-10h15 Stretching S3 10h30-11h30
semaine du 6 au 10 juillet				
Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10
Rando pique-nique R6 9h00 - 13h30 Martignas - St Médard	Dojo Bellegrave Gym d'entretien GE7 8h50-9h45 Pilâtes P7a 9h50-10h45 Pilâtes P7b 10h50-11h45	Petite Marche M8 (allure modérée) 9h00 - 10h30 Le long Eau Bourde, Canéjan	Dojo Bellegrave Reprise -Bien-être RB9 8h50-9h50 Etirements du dos E9a 9h50-10h45 Etirements du dos E9b 10h50-11h45	Salle André Nègre Badminton B10 9h00-10h15 Stretching S10 10h30-11h30
semaine du 13 au 17 juillet				
Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17
Pont	Férié	Petite Marche M15 (allure modérée) 9h00 - 10h30 Sources Monsalut	Dojo Bellegrave Reprise -Bien-être RB16 8h50-9h50 Etirements du dos E16a 9h50-10h45 Etirements du dos E16b 10h50-11h45	Salle André Nègre Badminton B17 9h00-10h15 Stretching S17 10h30-11h30
semaine du 20 au 24 juillet				
Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24
Rando pique-nique R20 9h00 - 13h30 Bouliac - Carignan	Dojo Bellegrave Gym d'entretien GE21 8h50-9h45 Pilâtes P21a 9h50-10h45 Pilâtes P21b 10h50-11h45	Petite Marche M22 (allure modérée) 9h00 - 10h30 Ribeyrot, Cestas	Dojo Bellegrave Reprise -Bien-être RB23 8h50-9h50 Etirements du dos E23a 9h50-10h45 Etirements du dos E23b 10h50-11h45	Salle André Nègre Badminton B24 9h00-10h15 Stretching S24 10h30-11h30
semaine du 27 au 31 juillet				
Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 31
Marche Nordique MN27 9h00 - 10h30 Mandavit	Dojo Bellegrave Gym d'entretien GE28 8h50-9h45 Pilâtes P28a 9h50-10h45 Pilâtes P28b 10h50-11h45	Petite Marche M29 (allure modérée) 9h00 - 10h30 Bourgailh	Dojo Bellegrave Reprise -Bien-être RB30 8h50-9h50 Etirements du dos E30a 9h50-10h45 Etirements du dos E30b 10h50-11h45	Salle André Nègre Badminton B31 9h00-10h15 Stretching S31 10h30-11h30

TARIFS	Nbre	
Randos : 5€		€
Marche 4€		€
Activités en salle et badminton : 4€		€
Total :		

Règlement à l'ordre de l'Office du Sport

Assurances : Le participant est couvert en RC par l'assurance obligatoire prévue dans la loi sur le sport de 1984, contractée avec le "Passport".
L'assurance prendra effet à l'heure où débute l'activité. Libre à vous de prendre toute assurance complémentaire que vous jugerez nécessaire.

Date & signature :

Pas de remboursement à moins de 5€ et uniquement si annulation faite 1 semaine avant l'activité

Programme sous réserve de la disponibilité des salles et de l'évolution sanitaire