



LA RUBELLOISE
INSCRIPTIONS SAISON 2019 -2020



Nous avons le plaisir de vous informer que « La Rubelloise » reprendra ses activités à partir du **16 SEPTEMBRE 2019.**

Les inscriptions auront lieu les :

Mardi 10 SEPTEMBRE 2019 de 18h30 à 19h30
et le Jeudi 12 SEPTEMBRE 2019 de 18h30 à 19h30
A la salle Emile Trélat, Boulevard Charles de Gaulle, à Rubelles.

Tarif pour la saison 2019 – 2020 : 165 € correspondant à la cotisation (Réglable en 3 fois maximum)

Modalités d'inscription :

- un chèque ou plusieurs chèques à l'ordre de *La Rubelloise* (possibilité de régler avec des bons ANVC et tarif dégressif pour les inscriptions familiales).
- une photo d'identité **pour les nouveaux adhérents**
- une **fiche d'inscription** vous sera remise le jour de l'inscription, bien noter votre adresse e-mail et numéro de mobile

Les cours :

- **Renforcement musculaire**, le lundi de 17h30 à 18h30 avec Vivi
- **Gym douce (yoga, pilates)**, le mardi matin de 9h30 à 10h30 avec Clarisse
- **Zumba de 18h30 à 19h15** le mardi avec Clarisse
- **Body barres et renforcement musculaire**, de 19h15 à 20h00 le mardi avec Clarisse
- **Cardio et renforcement musculaire**, le jeudi de 18h30 à 19h30 avec Roxanne
- **Stretching postural**, le jeudi de 19h30 à 20h30 avec Roxanne

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter :

Claudine COUDERT
☎ 06.62.20.35.95

EDITH DUGRAY
☎ 06.83.77.90.30

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique