

GUIDE PRATIQUE 2025-2026

Ensemble pour le bien-être par le Sport et les Loisirs en milieu rural,

« Cultivons la mobilité à tout âge »

Inscription aux différentes activités :

Les demandes de **préinscription** seront enregistrées à l'issue de l'Assemblée Générale, ou par le lien HelloAsso. Pas de permanence d'inscription.

Le formulaire d'**inscription** est disponible sur la plateforme HelloAsso et le paiement devra être validé au plus tard la veille du 1^{er} cours. A défaut, l'inscription ne sera pas validée et la place sera attribuée à une personne en liste d'attente.

Adhésion familiale : 10 €* à régler séparément au moment de l'inscription par chèque, espèces ou via la plateforme HelloAsso.

Facilités de paiement pour toutes les activités

Règlement possible en 1, 2 ou 3 chèques, libellés à l'ordre de l'**ASLE** ou via la plateforme HelloAsso.

Octobre 65€– Janvier 60€ – Avril 60€, Chèques vacances acceptés, pas de coupons sports

Nombre de places limité à 14 personnes maximum par cours avec un minimum de 8 participants. (L'**ASLE** se réserve le droit de supprimer l'activité si moins de 8 inscrits)

Forfait annuel pour 30 séances sauf cas particulier (Mobilisation Art,)

Cours d'essai réservé exclusivement aux nouveaux adhérents

N'hésitez pas à nous contacter pour tout renseignement

Courriel : asle.etercy@gmail.com

HelloAsso : <https://www.helloasso.com/associations/asle-amicale-sports-et-loisirs-d-etercy>

* Les prix de l'adhésion et de participation aux activités sont soumis à l'approbation par l'Assemblée Générale du 26 juin 2025 à 18h30.

AMICALE SPORTS & LOISIRS D'ETERCY **SAISON 2025-2026**

MOBILITE ARTICULAIRE

Cours animés par Claire VALETTE, Kinesithérapeute-Somatopathe

Le lundi de : 10h à 11h216 €*

Activité au trimestre.....90 €*

Forfait de 35 séances du 1 septembre au 29 juin.

Reprise des cours lundi 8 septembre 2025

YOGA de l'Energie :

Cours animés par Virginie MEINDER, Professeur de Yoga, CQP loisir et santé (en cours)

Le lundi de :

18h15 à 19h30 (ados/adultes).....232 €*

19h45 à 21h00 (ados/adultes).....232 €*

Forfait de 30 séances. **Reprise des cours lundi 8 septembre 2025**

SPORT SANTE, Activité Physique Bien Être Adultes

Cours animés par Guillaume COMTESSE, Enseignant en activités physiques adaptées

Le mardi de : 18H30 à 20H278€*

Forfait de 30 séances, **Reprise des cours mardi 9 septembre 2025**

THEATRE Ados 12 ans et plus

Cours animés par Christophe COULAUD, en partenariat avec l'Atelier Théâtre du Revard

Le mardi : de 18h45 à 20h15.....278 €*
Forfait de 30 séances **Reprise des cours mardi 9 septembre 2025**
Cours d'essai les 9, 16 et 23 septembre

THEATRE Adultes

Cours animés par Christophe COULAUD, en partenariat avec l'Atelier Théâtre du Revard

le mardi : de 20h30 à 22h00.....278 €*
Forfait de 30 séances **Reprise des cours mardi 9 septembre 2025**

THEATRE Enfants 6 -11 ans

Cours animés par Christophe COULAUD, en partenariat avec l'Atelier Théâtre du Revard

Le mercredi : de 14h00 à 15h00.....185 €*
Forfait de 30 séances **Reprise des cours mercredi 10 septembre 2025**

ZUMBA Adultes et + 16 ans

Cours animés par Marjolaine VIRET, Animatrice de loisirs sportifs

Le mercredi de : 18H15 à 19H15
.....185€*

Forfait de 30 séances, **Reprise des cours mercredi 10 septembre 2025**

RENFO Musculaire et Cardio Adultes

Cours animés par Guillaume COMTESSE, Enseignant en activités physiques adaptées

Le mercredi de : 19H30 à 20H30
.....185€*
Forfait de 30 séances, **Reprise des mercredi 10 septembre 2025**

PILATES :

Cours animés par Virginie MEINDER, professeur de Pilate, CQP loisir et santé (en cours)

Le jeudi de :
18h15 à 19h15 (ados/adultes).....185€*
19h30 à 20h30 (ados/adultes).....185€*
Forfait de 30 séances, **Reprise des cours jeudi 18 septembre 2025**
Cours d'essai les 18 et 25 septembre

CHANT – Cours de chant Collectif

Cours animés par Jérôme PIGEON, Coach vocal, en partenariat avec MUSICADOM

Le jeudi de : 19h à 20h30.....278 €*
Forfait de 30 séances, **Reprise des cours jeudi 11 septembre 2025**
Cours d'essai les 11, 18 et 25 septembre

