

BULLETIN INDIVIDUEL D'INSCRIPTION

Nom: _____

Prénom : _____

Animatrice : oui / non

j'apporte mon step : oui / non

Adresse : _____

Code Postal : _____ Ville : _____

Tel : _____

E-mail : _____

Ci joint un chèque de _____ à l'ordre de l'UFOLEP

n° licence Ufolep : _____ (obligation de la présenter à l'accueil)

- 13H30 14H30** **STEP**
- 14H30 15H30** **GYM AVEC RING & HALTERES**
- 15H30 16H30** **PORT DE BRAS**
- 16H30 17H30** **QI GONG**

Je soussigné(e) _____

déclare qu'à ma connaissance, je n'ai aucune contre indication à la pratique des sports en général et plus particulièrement à la pratique des activités physiques d'entretien proposées lors de la rencontre du 10 mars 2012. J'autorise expressément les organisateurs, ainsi que les ayants-droits tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation à la convention

A _____, le _____

Mention « lu et approuvé » + signature



RENCONTRE ACTIVITES PHYSIQUES D'ENTRETIEN

SAMEDI 10 MARS 2012

**SALLE DE JUDO
Rue Victor Duteriez—BEUVRY**

A travers cette rencontre, nous espérons que vous trouverez l'inspiration, la motivation de bouger, de progresser enfin d'explorer l'univers du bien être et des activités physiques d'entretien.

La commission technique départementale APE 62



LE PLANNING DES COURS

13H30 14H30	STEP Prenez quelques pas de base bien connus, ajoutez y une bonne dose de style et vous suivrez un cours qui vous enchantera
14H30 15H30	GYM AVEC RING & HALTERES Autant d'outils indispensables à la gym qui accroissent le travail des muscles de la ceinture scapulaire, abdominale et du plancher pelvien.
15h30 16h30	PORT DE BRAS Fusion de Danse et de body mind, Port De Bras est un cours de conditionnement original crée par Julio Papi et Vladimir Snezhik, une vrai révolution dans les activités de bien être
16h30 17h30	QI GONG Ce cours vous emmènera vers un travail complet du corps pour votre bien-être.

INSCRIPTIONS

Votre inscription sera prise en compte dès réception de votre bulletin, accompagné de votre règlement.
Renvoyer votre dossier à l'adresse suivante :

Eliane FORSPANIAK 8
rue Alphonse Daudet
62160 Bully Les Mines
03.21.29.41.90

ATTENTION !!! :
nombre de places limitées

TARIFS :

	DEMI JOURNEE
LICENCIES UFOLEP	10 €
NON LICENCIES	15 €