

# INSCRIPTIONS FITNESS VILLEBICHOT

## Séances de Fitness hebdomadaires

**Mercredis de 18h15 à 19h15 et/ou 19h15 à 20h15  
à la salle des Fêtes l'Héritage**

**à partir du 6 septembre 2023**

**Retour maximum pour le 27 août**



Le Comité des Fêtes continue de vous proposer des séances de Fitness hebdomadaires animées par Benjamin. *Les séances se dérouleront, comme d'habitude, tous les mercredis de 18h15 à 19h15 à la salle l'Héritage (hors vacances scolaires) et de 19h15 à 20h15 qui sera validé en fonction du nombre d'inscrits.*

La séance dure environ 1 heure et se déroule en musique. Il s'agit de fitness (renforcement musculaire, cardio, étirements,...). Le cours est ouvert à tous à partir de 12 ans et jusqu'à 99 ans et plus..., villebichotain(es) ou non, femmes et hommes seront les bienvenus. Le prof de sport s'adapte aux différents niveaux.

Matériel : un tapis de sport, une serviette et une paire de basket propre pour intérieur. Les élastiques et les poids sont fournis.

Pour les mineurs, il sera demandé une autorisation parentale. Il faudra vous munir d'un certificat médical valable lors de la première séance, datant de moins de 3 ans si vous êtes nouvelle adhérente.

Le coût s'élève à **90 euros pour l'année** (tous les mercredis hors vacances scolaires) et une adhésion libre au comité des Fêtes pour vous assurer. Les personnes s'engageront pour l'année complète. 3 chèques sont demandés à l'inscription et seront débités en septembre 2023 (après la première séance), janvier 2024 et avril 2024.

**La séance du 6 septembre sera une séance d'essai et vous pourrez confirmer votre inscription. Les chèques sont à remettre avec votre inscription.**

Bulletin d'inscription à déposer ou à envoyer au plus tard le 27/08/2022 dans la boîte aux lettres de Emilie Odent 1 chemin des Adeleines rue de Corcelles 21700 Villebichot.

Nom/Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Séance souhaitée : Choix 1 :  de 18h15 à 19h15

Choix 2 :  de 19h15 à 20h15

Portable : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

Merci de joindre un certificat de sport (pour les renouvellements, merci de remplir le questionnaire de santé le jour de la 1ere séance). Pour tout renseignement, n'hésitez-pas à nous contacter par mail [comitefetesvillebichot@gmail.com](mailto:comitefetesvillebichot@gmail.com)

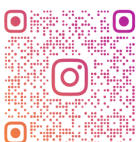
Suivez nous sur facebook : **Comité des Fêtes de Villebichot** et Instagram.



Comité des fêtes  
Villebichot

Infos  
pratiques

LES  
TARIFS



COMITEDESFEVESVILLEBICHOT