



AQUAGYM : saison 2020/2021

Planning des séances

Aquadouce : mobilisation des articulations, renforcement musculaire doux, travail sur les équilibres

Lundi : 12 h - 12 h 45

Mercredi : 12 h 50 – 13 h 35

Mercredi : 19 h – 19 h 45

Vendredi : 15 h 45 – 16 h 30

Aquafit : renforcement musculaire, travail cardio, intensité haute

Lundi : 12 h 50 - 13 h 35

Lundi : 20 h – 20 h 45

Mardi : 19 h – 19 h 45

Mercredi : 12 h - 12 h 45

Vendredi : 19 h 50 – 20 h 35

Aquachallenge : activité orientée sur le cardio avec de multiples disciplines

Mardi : 19 h 50 – 20 h 35

Mercredi : 19 h 50 – 20 h 35

Vendredi : 19 h 00 – 19 h 45

Saison 2020/2021 : du 07 septembre 2020 au 11 juin 2021

Modalités de fonctionnement

Il est impératif de fournir **un certificat médical** au moment de l'inscription avant le début de la première séance ou de remplir le questionnaire de santé si vous nous déjà en notre possession un certificat médical de moins de 3 ans.

Forfait pour la saison 2020/2021

230 € pour les Eysinais et les Haillanais
250 € pour les personnes hors communes (Eysines/ Le Haillan)
Adhésion ALE comprise

**Ce forfait tient compte des possibles fermetures dans l'année,
(fermeture de la piscine pour raison technique ou autres, absence de l'éducateur ...)
jours fériés et vacances scolaires.**

Possibilité de faire 3 chèques qui seront encaissés en
septembre 2020-novembre 2020- janvier 2021.

230 € : 80 € + 75 € + 75 €

250 € : 90 € + 80 € + 80 €

Chèques à l'ordre de l'ALE / La cotisation est due pour la saison

**A titre exceptionnel : un remboursement partiel de la cotisation pourra être accordé uniquement sur
l'impossibilité, attestée par un certificat médical original, de poursuivre l'activité.**

Calendrier des inscriptions

Pour les habitants d'Eysines et du Haillan déjà inscrits saison 2019/2020 :

→ A partir du 15 juin 2020

Ouverture des inscriptions aux habitants d'Eysines et du Haillan non adhérents ALE

→ A partir du 29 juin 2020

Ouverture des inscriptions à tous

→ A partir du 06 juillet 2020

Secrétariat AMICALE LAÏQUE D'EYSINES

Centre René Pujol rue des Tulipes 33320 EYSINES

Téléphone : 05 56 57 87 71

Mail : ale33@laposte.net

Site internet : ale33.fr

Facebook : ale Eysines