

Identité de l'utilisateur

Nouvel abonné

Renouvellement abonnement

Nom :												
Prénom :									Né (e) le :	/	/	
Adresse :												
	CP											
N° de Tél.	Fixe :							Portable :				
	OBLIGATOIRE											
Mail : écrire très lisiblement _____											OBLIGATOIRE	

⇒ Attention, Depuis le 9 juin 2020, le port du bonnet de bain est rendu obligatoire dans tous les bassins



Activités AQUAGYM – AQUAFITNESS – AQUAPALM (Forfait 10 séances : 66.70€ / Forfait 30 séances : 175.00€)

Planning 2020-2021	Aquagym	Aquafitness	Aquapalm	Forfait 10 séances	Forfait 30 séances
Lundi	10h00 <input type="checkbox"/> 11h15 <input type="checkbox"/>			Mettez une croix dans la colonne de votre choix	Mettez une croix dans la colonne de votre choix
Mardi	10h00 <input type="checkbox"/>	19h30 <input type="checkbox"/>			
Mercredi	10h00 <input type="checkbox"/> 18h00 <input type="checkbox"/>		18h15 <input type="checkbox"/>		
Jeudi	9h00* (cours santé) <input type="checkbox"/> 10h00 <input type="checkbox"/>	20h00 <input type="checkbox"/>			
Vendredi	10h00 <input type="checkbox"/>	19h30 <input type="checkbox"/>			
Samedi		10h00 <input type="checkbox"/>			
Jeudi 9h00* cours santé, positionnement à faire valider par MNS					

⇒ Attention, Depuis le 9 juin 2020, le port du bonnet de bain est rendu obligatoire dans tous les bassins



Activités AQUABIKE – AQUATRaining (Forfait 10 séances : 82.40€ / Forfait 30 séances : 217.00€)

Planning 2020-2021	Aquabiking	Aquatrainning	Forf 10 séances	Forf 30 séances
Lundi	12h30 <input type="checkbox"/> 18h30 <input type="checkbox"/> 17h00 <input type="checkbox"/> 19h30 <input type="checkbox"/>		Mettez une croix dans la colonne de votre choix	Mettez une croix dans la colonne de votre choix
Mardi	12h30 <input type="checkbox"/> 18h30 <input type="checkbox"/>			
Mercredi	11h00 <input type="checkbox"/> 19h00 <input type="checkbox"/> 12h30 <input type="checkbox"/>	17h00 <input type="checkbox"/>		
Jeudi	11h00 <input type="checkbox"/> 19h00 <input type="checkbox"/> 12h30 <input type="checkbox"/>			
Vendredi	12h30 <input type="checkbox"/> 18h30 <input type="checkbox"/>			
Samedi	09h00 <input type="checkbox"/> 11h00 <input type="checkbox"/>			

Aquagym – 45 minutes / 40 personnes

Intensité / Cardio



Coordination



Activité bien-être pour tout public, qui allie convivialité et dépense physique en sollicitant tous les groupes musculaires

Aquafitness – 45 minutes / 40 personnes

Intensité / Cardio



Coordination



Activité tonique et dynamique en lien avec la musique. Travail sur le cardio et le renforcement musculaire

Aquapalm – 45 minutes / 8 personnes

Intensité / Cardio



Coordination



Variété de déplacements et de situations pour galber la silhouette, et renforcer les membres inférieurs et la sangle abdominale (Bonne condition physique requise et matériel personnel à prévoir, palmes)

Aquabike – 45 minutes / 18 personnes

Intensité / Cardio



Coordination



Séance de vélo dans l'eau encadrée par un MNS, pour travailler les mollets, cuisses, fessiers, abdominaux et triceps (permet d'améliorer la condition physique sans traumatismes, en bénéficiant du massage de l'eau qui favorise le retour veineux)

Aquatrainning – 45 minutes / 16 personnes

Intensité / Cardio



Coordination



Exercices musculaires ciblés sous forme de parcours, sur des machines de musculations réparties dans le bassin (Bonne condition physique requise).

Renseignements au 04 70 96 57 64 ou www.stade-aquatique

Inscriptions

Les inscriptions définitives se feront à réception de la fiche d'inscription, **des certificats médicaux** (OBLIGATOIRE dès la première séance, à remettre à l'accueil) des parents et/ou de l'enfant, et du **règlement complet**.

Arrêt de l'activité

Toute inscription à l'activité constitue un engagement ferme pour la participation à la totalité des cycles. En conséquence en cas de renoncement, et quelle qu'en soit la raison, il ne sera procédé à **aucun remboursement des séances**.

Aucune séance n'est remboursée ou rattrapée pour cause d'absence - même en cas de motif médical - ou de panne technique indépendante de notre volonté.

Aucun cours ne sera dispensé pendant les vacances scolaires (sauf les samedis de début de vacances de la zone A)

La Direction se réserve le droit de proposer des séances pendant les vacances scolaires, à l'entrée unitaire, hors abonnement.

Accès aux bassins

Ouverture et accès aux vestiaires 15 minutes avant le début de la séance. La sortie devra se faire au plus tard 30 minutes après la séance. L'inscription à une activité ne donne pas droit à la baignade avant ou après l'activité. Les horaires et les créneaux sont à respecter, aucun changement de créneau ne pourrait intervenir sans avoir été préalablement accordé par les agents d'accueil.

Le bracelet remis à l'inscription est nécessaire et obligatoire pour chaque séance, il reste la propriété de VICHY COMMUNAUTÉ et est facturé 8.70€ en cas de perte. Il est personnel, nominatif, ne peut être cédé, échangé ou revendu.

Respect des règles d'hygiène et de sécurité

Toute personne inscrite aux activités aquatiques doit se conformer aux instructions du personnel de l'équipement.

Le non-respect du règlement intérieur peut impliquer l'expulsion de l'utilisateur.

Calendrier 2020-2021

Cycle 1 : du 14/09/2020 au 12/12/2020

Cycle 2 : du 14/12/2020 au 27/03/2021 (comprend 1 report exceptionnel en raison de l'accueil des championnats de France de sauvetage, abonnés du samedi ayant opté pour le cycle 10 séances, samedi 13 février 2021. Ne concerne pas les abonnés ayant opté pour 30 séances à l'année). *La Direction se réserve le droit de modifier la date du report exceptionnel.*

Cycle 3 : du 29/03 au 26/06/2021 (comprend 1 report exceptionnel en raison de l'accueil des « Masters Game », abonnés du samedi ayant opté pour le cycle 10 séances, samedi 17 avril 2021. Ne concerne pas les abonnés ayant opté pour 30 séances à l'année). *La Direction se réserve le droit de modifier la date du report exceptionnel.*

Avant toute inscription aux activités, j'atteste :

- avoir pris connaissance du règlement intérieur du stade aquatique
- avoir pris connaissance des conditions générales de vente et d'utilisation du stade aquatique
- que la personne à ma charge ou moi-même ne présentons pas de contre-indication à la pratique d'une activité aquatique
- avoir pris connaissance des horaires des activités et des conditions d'accès

Fait le ____ / ____ / ____ à Bellerive-sur-Allier

Signature et mention « lu et approuvé »