



**Bulletin d'adhésion 2024-2025
à l'Association Sport Senior Santé Sablaise
<https://www.a4s85.org>**



Nouvelle adhésion Renouvellement

Nom :Prénom :
 Adresse Postale :
 Adresse Mail :@.....
 Téléphone fixe :Téléphone mobile.....
 Date de naissance :
 N° de téléphone de la personne à joindre en cas d'urgence :

Si vous refusez d'être pris(e) en photo lors d'une activité, veuillez cocher cette case

La cotisation annuelle est de 50 € TTC (adhésion à l'association + licence FFRS + assurance)

Veillez cocher ci-dessous les activités que vous désirez pratiquer - dans la limite de 8 -
(les jours et horaires des différentes activités sont indiqués au verso)

ACTIVITÉS EN SALLE	ACTIVITÉS DE PLEIN AIR
<input type="checkbox"/> Activ'Mémoire <input type="checkbox"/> Badminton <input type="checkbox"/> Duong Sinh <input type="checkbox"/> Gymnastique Douce (1) (2) <input type="checkbox"/> Gymnastique Maintien en Forme(1) <input type="checkbox"/> Pickleball <input type="checkbox"/> Pilates (3) <input type="checkbox"/> Stretching (3)	<input type="checkbox"/> Balade à vélo <input type="checkbox"/> Disc Golf <input type="checkbox"/> Marche Aquatique Côtière <input type="checkbox"/> Marche Douce <input type="checkbox"/> Marche Nordique Lundi <input type="checkbox"/> Marche Nordique Vendredi <input type="checkbox"/> Pétanque <input type="checkbox"/> Randonnée Pédestre

(1) Vous ne pouvez choisir qu'une des deux activités de gymnastique (Gym Douce ou Gymnastique Maintien en Forme)

(2) Inscription préalable à l'Activ mémoire, la Gym Douce ou la Gymnastique Maintien en Forme

(3) Cotisation complémentaire annuelle de 35 €

Le certificat médical n'est plus obligatoire quelle que soit l'activité choisie.

En adhérant à l'A4S, je m'engage à me conformer aux règles inscrites dans les statuts et le règlement intérieur de l'association, ainsi que dans les chartes des différentes activités que j'aurai choisies de pratiquer (consultables sur le site internet de l'A4S).

Votre bulletin d'inscription est à adresser ou à déposer au secrétariat :
 A4S - Véronique CLERET, 3 impasse Le Titien 85180 Les Sables d'Olonne.

Pour tout renseignement vous pouvez consulter le site <https://www.a4s85.org> ou contacter le secrétariat veronique.cleret@a4s85.org

DATE :SIGNATURE.....

LIEUX, JOURS ET HORAIRES DES DIFFÉRENTES ACTIVITÉS

Activ'mémoire

Lieu : Salle de danse Coubertin - Allée Pierre de Coubertin 85180 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : lundi de 10h à 11h30.

Badminton

Lieu : Salle des Marais - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : mardi de 15h30 à 17h30.

Balade vélo

Lieu : variable, consultez le site.
Jour et horaire : mercredi à 9h.

Disc golf

Lieu : variable, consultez le site.
Jour et horaire : mardi de 10h à 12h.

Duong Sinh

Lieu : Dojo Dunes - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : jeudi de 14h à 15h15.

Gym douce

Lieu : Dojo Dunes - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : mardi de 17h30 à 18h30.

Gymnastique Maintien en Forme

Lieu : Dojo Dunes - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : jeudi de 15h30 à 16h30.

Marche Aquatique Côtière

Lieu : parking de la base de mer, grande plage des Sables d'Olonne
Jour et horaire : jeudi à 10h.

Marche Douce

Lieu : variable, consultez le site.
Jour et horaire : mercredi de 9h45 à 10h45.

Marche Nordique

Lieu : variable, consultez le site.
Jours et horaire : lundi et vendredi à 9h.

Pétanque

Lieu : à déterminer.
Jour et horaire : vendredi de 14h15 à 18h.

Pickleball

Lieu : Salle des Marais - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : mardi de 15h30 à 17h30.

Pilates

Lieu : Dojo Dunes - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : jeudi de 16h45 à 17h45.

Randonnée Pédestre

Lieu : variable, consultez le site.
Jour et horaire : mardi à 14h ou 14h15.

Stretching

Lieu : Dojo Dunes - Rue Colette Besson 85340 Les Sables d'Olonne
Jour et horaire : lundi de 17h à 18h.