

SAISON 2022/2023

ACTIV' MEMOIRE - AQUAGYM – GYM DOUCE – GYM DOUCE SMS – STRETCHING – PILATES
– QI QONG -TAI CHI – YOGA – ZUMBA – DANSES EN LIGNE

TARIFS activités à régler à l'inscription par 3 chèques à l'ordre du **CORS 74**

1) ACTIV'MEMOIRE	81€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 27€
2) GYM DOUCE	87€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 29€
3) GYM DOUCE SMS	84€ pour l'année scolaire à régler en 3 chèques de 28€
4) STRETCHING	90€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 30€
5) AQUAGYM ILE BLEUE	114€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 38€
6) PILATES	108€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 36€
7) QI QONG	117€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 39€
8) TAI CHI	150€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 50€
9) YOGA	153€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 51€
10) ZUMBA	144€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 48€
11) DANSES EN LIGNE	138€ pour l'année scolaire en 1 chèque de 138€

ACTIV'MEMOIRE : activité faisant travailler de concert la tête (mémoire) et les jambes (équilibre, coordination et souplesse).

DANSE EN LIGNE : activité reprenant les danses comme le madison, le kuduro, la batchata, etc...

GYM DOUCE Section Multi-activités Seniors (SMS)* : activité qui permet de faire travailler l'ensemble des capacités de personnes en phase de réadaptation, ou atteintes d'affections longue durée ou ayant des pathologies.

POUR S'INSCRIRE

Remplir un bordereau d'inscription par activité souhaitée

- ✓ Etablir 3 chèques séparés par activité (sauf pour Danses en Ligne), lieu et heure et par personne y compris les couples
- ✓ Indiquer clairement l'activité, le lieu et l'heure au dos des chèques
- ✓ Adhésion 2022/2023 au CORS 74 obligatoire 28.50€

MERCI DE PRENDRE SOIN A LA REDACTION DE VOTRE INSCRIPTION CAR TOUT DOCUMENT INCOMPLET OU MAL REMPLI NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

QUAND S'INSCRIRE ?

- Par courrier envoyé au siège du CORS 74
CORS 74 2bis, clos du buisson ANNECY LE VIEUX 74940 ANNECY.
- A la permanence du CORS74 le mardi de 14h à 17h (hors vacances scolaires). Dernière permanence mardi 19 juillet, reprise des permanences mardi 16 août.

LIEUX DES ACTIVITES

AQUAGYM

SEYNOD : Piscine Ile Bleue SEYNOD

- ✓ Mardi de 16h à 16h45
- ✓ Vendredi de 16h à 16h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référentes : Annick DIDIER, Chantal LOMBARD, Mireille PIOLI.

Les inscriptions ont eu lieu le mercredi 22 juin. Il reste quelques places dans le Grand Bassin.

Reprise AQUAGYM semaine 37 du 12 septembre 2022 au 16 septembre 2022

ACTIV'MEMOIRE

ANNECY LE VIEUX : GYMNASSE DES GLAISINS

- ✓ Mercredi de 11h à 12h (15 participants)

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référents : Michel LEMOINE, Nicole COUTEAU.

GYM DOUCE – STRETCHING

ANNECY LE VIEUX : GYMNASSE DES GLAISINS

- ✓ Lundi de 8h à 9h (20 participants) **reprise semaine 37 le lundi 12/09/2022**
- ✓ Lundi de 11h15 à 12h15 (30 participants)
- ✓ Mardi de 13h30 à 14h30 (20 participants)
- ✓ Mardi de 14h30 à 15h30 (Stretching, 20 participants)
- ✓ Mardi de 15h30 à 16h30 (GYM douce SMS 20 participants)
- ✓ Mercredi de 10h à 11h (30 participants)
- ✓ Vendredi de 14h à 15h (20 participants)
- ✓ Vendredi de 15h à 16h (Stretching, 20 participants)


Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référents : Pierre STYSKAL - Robert JOSSE - Pierre MARIN CUDRAZ -
Nicole COUTEAU - Claudette SULTAN - Marcel SASSOLAS (GYM DOUCE SMS)

EPAGNY : **Gymnase Metz-Tessy Epagny Salle Sous Lettraz** reprise semaine 37 le jeudi 15/09/2022
Jeudi de 9h à 10h

Renseignements au siège du **CORS 74** , lors de la permanence du mardi après-midi.
Référente : Nicole SAVARESE

POISY : **Nouveau Gymnase** reprise semaine 37 le jeudi 15/09/2022
Jeudi de 9h à 10h

- ✓ Mardi de 8h30 à 9h30
- ✓ Mardi de 9h30 à 10h30
- ✓ Mardi de 10h30 à 11h30

 **Stretching** Salle de danse Maison des Associations
✓ Jeudi de 10h15 à 11h15

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référentes : Monique SUBLET - Martine LENZI – Jean Maurice CHAMPAGNE

SEYNOD : **Gymnase Max DECARRE**

- ✓ Mardi de 9h à 10h
- ✓ Mardi de 10h à 11h
- ✓ Vendredi de 8h45 à 9h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référents : Ivana BIANCHIN – Annie BLANC - Annick DIDIER.

PILATES


ANNECY LE VIEUX : **Gymnase Les Glaisins** reprise semaine 37 le lundi 12/09/2022

- ✓ Lundi de 9h à 10h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référente : Muriel WACK

POISY: **Salle de danse Maison des Associations** reprise semaine 37 le lundi 12/09/2022

- ✓ Jeudi de 9h à 10h

 Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référente :

QI QONG

ANNECY LE VIEUX : Gymnase Les Glaisins

- ✓ Lundi de 15h à 16h

Renseignements au **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référent :

TAI CHI

SEYNOD : Gymnase Max DECARRE

- ✓ Vendredi de 9h45 à 11h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Lucette BEAUQUIS

YOGA

SEYNOD : Gymnase Max DECARRE

- ✓ Mardi de 11h à 12h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Annie BLANC

ANNECY LE VIEUX : Gymnase Les Glaisins

- ✓ Jeudi de 11h à 12h (nombre participants limité à 15)

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Marie-Claire DAVID

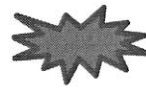
ZUMBA

ANNECY LE VIEUX : Gymnase Les Glaisins

- ✓ Lundi de 14h à 14h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Nicole BERGER



SEYNOD VIEUGY : EPHAD Le Grand Chêne VIEUGY

- ✓ Mardi de 9h15 à 10h15
- ✓ Mardi de 10h30 à 11h30

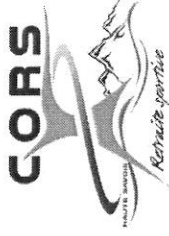
Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Réfèrent : Nicole COUTEAU

**Reprise des activités semaine 36 du 5 septembre 2022 au 9 septembre 2022
sauf AQUAGYM ILE BLEUE qui reprendra semaine 37 les 13 septembre
et 16 septembre 2022.**



Inscription activités

Saison 2022 / 2023 reprise semaine 36 du lundi 5 septembre au vendredi 9 septembre 2022



Licence n°	Oui	Nom / Prénom
	Nouvel adhérent	Téléphone portable

MERCI DE PRENDRE SOIN A LA REDACTION DE VOTRE INSCRIPTION CAR TOUT DOCUMENT INCOMPLET OU MAL REMPLI NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

Entourer les cases choisies et indiquer au dos du chèque : activité, lieu, jour, heure **3 chèques à l'ordre du Cors74 à renvoyer par courrier**

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Tarif annuel	Chèque n°1	Chèque n°2	Chèque n°3
Gym douce	8h/9h	GLA	8h30/9h30	POI	10h/11h	GLA	9/10h	EPA	8h45/9h45	SEY	87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce			9h30/10h30	POI							87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce	11h15/12h15	GLA	10h30/11h30	POI							87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce			9/10h	SEY							87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce			10/11h	SEY							87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce			13h30/14h30	GLA							87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Gym douce											87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Stretching			14h30/15h30	GLA			10h15/11h15	POI	14h/15h	GLA	87€/an	29 € N°	29 € N°	29 € N°
Pilates	9h/10h	GLA					9h/10h	POI			108€/an	36 € N°	36 € N°	36 € N°
Qi Gong	15h/16h	GLA									117€/an	39 € N°	39 € N°	39 € N°
Tai Chi											150€/an	50 € N°	50 € N°	50 € N°
Yoga			11/12h	SEY			11h/12h	GLA			153€/an	51 € N°	51 € N°	51 € N°
Zumba	14h /14h45	GLA									144€/an	48 € N°	48 € N°	48 € N°

EPA Gymnase Salle sous Lettraz - Metz-Tessy Epagny POI Nouveau gymnase Poisy Salle danse Maison des Associations
 GLA Gymnase des Glaisins - Annecy le Vieux SEY Gymnase Max Decarre / Piscine Ile Bleue - Seynod

Enregistrement

Saison 2022 / 2023 reprise semaine 36 du lundi 5 septembre au vendredi 9 septembre 2022



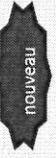
Inscription activités



Licence n°	Oui	Nom / Prénom	
	Nouvel adhérent	Téléphone portable	

MERCI DE PRENDRE SOIN A LA REDACTION DE VOTRE INSCRIPTION CAR TOUT DOCUMENT INCOMPLET OU MAL REMPLI NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

Entourer les cases choisies et indiquer au dos du chèque : activité , lieu , jour , heure **3 Chèques à l'ordre du Cors74 à renvoyer par courrier**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Tarif annuel	Chèque n°1
Gym douce SMS		15h30/16h30	GLA			84€/an	28 € N°
Activ'mémoire 			11h/12h	GLA		81€/an	27 € N°
Danses en ligne 		9H15	SEY/ Vieugy			138€/an	138 € N°
Danses en ligne 		10H30	SEY/ Vieugy			138€/an	138 € N°

GLA

Gymnase des Glaisins - Annecy le Vieux

SEY

EPHAD LE GRAND CHENE VIEUGY

20/07/2022 10:32

Enregistrement