

Remettre le dossier complet à *un des responsables d'activité*, dès les 2 premières séances avec les pièces suivantes :

- ☐ Le bas de cette feuille complétée,
- ☐ La **demande de licence 2FOPEN – Adhésion au Club santé senior – inscriptions aux ateliers choisis**, (merci de remplir toutes les rubriques).
- ☐ **Adhésion au Club Santé Senior** (pour ceux qui ne l'ont pas envoyé à Bruno Vincent ou donner à un animateur des activités culturelles)
- ☐ Soit : le « **coupon-questionnaire santé** » si vous étiez licenciés pour la saison 2024-2025 et vous avez fourni un **certificat médical en 2023-2024 ou 2024-2025**, complétez le « **coupon-questionnaire santé** » en bas de la fiche demande licence, après avoir **répondu « NON » à tous les items du questionnaire santé**.
- ☐ Soit : Un **certificat médical** de non-contre indication aux pratiques sportives, datant de moins de 3 mois, (un **seul certificat médical pour toutes les activités**) :
  - ☐ si vous êtes nouveau licencié,
  - ☐ si vous n'avez pas pris de licence pour la saison 2024-2025
  - ☐ ou si vous avez répondu par « OUI » à un des items du questionnaire santé,
- ☐ Un chèque du montant global de la licence, de l'adhésion au club et de la participation aux ateliers, libellé à l'ordre de « **2FOPEN-87 club des retraités** ». Notez au dos à quoi correspond le montant (Les activités pratiquées, licence, adhésion CSS)

.../...  
✍

## A découper et remettre au responsable de l'activité pratiquée

**Vous devez compléter autant de fiches que d'activités choisies**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Tel : ..... mail : .....

Personne à prévenir en cas de problème : .....

Téléphone : .....



**Cochez les activités  
que vous pratiquez**

**Notez le nom de la personne à qui vous avez remis votre demande de  
licence, inscription aux activités et adhésion Club, et le certificat**



| Choix | Horaires                      | Activités          | Lieux                                 | Documents remis à |
|-------|-------------------------------|--------------------|---------------------------------------|-------------------|
|       | lundi de 9 h 45 à 10 h 45     | gym douce          | Salle de lutte Jean le Bail           |                   |
|       | lundi de 10 h 45 à 11h45      | gym douce          | Salle de lutte Jean le Bail           |                   |
|       | lundi de 14 h à 16 h30        | marche nordique    | Lieu variable (contacter l'animateur) |                   |
|       | mercredi de 9 h 30 à 10 h 30  | Pilates            | Salle des fêtes du Vigenal            |                   |
|       | mercredi de 10 h 45 à 11 h 45 | stretching         | Salle des fêtes du Vigenal            |                   |
|       | jeudi de 9 h 30 à 10 h 30     | gym d'entretien    | Salle de danses Jean Macé             |                   |
|       | vendredi de 9 h 30 à 10 h 30  | marche avec bâtons | Parc de l'Aurence                     |                   |
|       | vendredi de 10 h 30 à 11 h 45 | danses collectives | Salle de danses Jean Macé             |                   |
|       | vendredi de 12 h à 13 h       | Yoga               | Salle de danses Jean Macé             |                   |
|       | vendredi de 16 h 30 à 18 h 30 | tennis de Table    | Salle de danses Jean Macé             |                   |
|       | N'importe quand               | Golf               | Sur le terrain de golf de votre choix |                   |
|       |                               |                    |                                       |                   |

## Rappel des tarifs et certificats médicaux:

### Les activités payantes :

- Comme les saisons précédentes, nous harmonisons les tarifs pour les activités : gym d'entretien, gym douce, marche bâtons, yoga. **Le tarif est 50€ pour la saison. Stretching et Pilates : la saison est à 30 €.**

### Les licences 2FOPEN :

- La licence est à **30 €, pour les adhérents à MGEN. 41 € pour les hors MGEN.**

L'adhésion au club santé senior est à 10 €.

### Certificats médicaux : Il est obligatoire de fournir :

- *Soit **le questionnaire santé** pour ceux étaient licencié 2FOPEN en 2024-2025 et qui avaient donné un certificat médical en 2023-2024 ou 2024-2025, et qui répondent par « NON » à toutes les questions. Dans le cas contraire **un certificat médical est nécessaire***
- *Soit **un certificat médical**, pour les autres.*

*(Un seul certificat est nécessaire, si vous pratiquez plusieurs activités).*