



# Gym Adultes – anciens-nes pratiquant-es



Tu as fait de la gym quand tu étais jeune (ou moins jeune) ? Tu veux retenter un salto ou simplement retrouver les sensations du praticable ?

- Reprise en douceur, esprit bienveillant
- Bonne humeur garantie
- Aucun jugement, juste du plaisir !

## Jours, horaires & tarifs :

Jour	Horaire	Durée	Tarif par personne	Remarque
Mardi	20h	1h30	Annuel : 150 € (*) (1 séance par semaine)	Réservé aux personnes majeures (anciens et/ou actuels gymnastes)

NB :

- il ne s'agit pas de cours à proprement parler, mais un référent ainsi qu'un entraîneur salarié du club seront présents pour répondre aux questions et vous donner des conseils si nécessaire, ceci dans le but de vous permettre de pratiquer à nouveau la gymnastique dans de bonnes conditions.
- pas de séances pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

(\*) prix comprenant la licence FFGym et l'assurance FFgym (pour les dommages causés à autrui) – OBLIGATOIRE

>> pour plus d'infos, nous contacter à [lasentinelle74@orange.fr](mailto:lasentinelle74@orange.fr)

## Infos importantes :

**Assurance** (dommages causés à soi-même) : nous vous invitons à vérifier auprès de votre assureur les modalités de votre Responsabilité Civile personnelle, ainsi que la possibilité de souscrire, si vous le souhaitez, une assurance complémentaire de type Garantie Accidents de la Vie.

**Certificat médical** : pour l'obtention de la licence FFGym, un certificat médical daté de moins d'un an est requis.

 **Début des séances : dès le 16 septembre 2025**

## **Inscriptions :**

Vous êtes intéressé.e ? Contactez-nous par e-mail à [lasentinelle74@orange.fr](mailto:lasentinelle74@orange.fr) ou venez nous voir lors du **Forum des Sports le samedi 06 septembre 2025 à la Maison des Sports** (14 Avenue Henri-Barbusse – 74100 Annemasse)

 **Faites passer le mot, taguez vos ami-es, et venez vivre l'aventure avec nous !**