



ACTIVITES PHYSIQUES ET GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN NOTICE POUR INSCRIPTIONS POUR LA SAISON 2024—2025

La feuille d'inscription et ses annexes ont été remises aux adhérents en fin de saison 2023-2024 et sont disponibles sur le site internet de l'association :

<https://cjf-apefleurylesaubrais.sportsregions.fr>

La cotisation est de 50.00 €. Les chèques sont à libeller à l'ordre du **CJF-APE**.

Si vous avez une adresse mail, pensez à nous la communiquer de façon bien lisible. Cela nous permettra de vous donner des informations sur les séances et sur les manifestations que nous organiserons.

Documents à joindre à la demande d'inscription :

- Pour les nouveaux adhérents : **1 photo d'identité**
- Carte d'adhérent en cas de renouvellement
- 1 enveloppe timbrée avec votre adresse pour l'expédition de la carte (**timbrée à 100 g, 2 timbres**), et si vous **n'avez pas d'adresse mail**, une autre pour l'invitation à l'Assemblée Générale de l'Association.
 - Pour les mineurs (de 16 à 18 ans) une autorisation parentale.

En application de la règlementation, l'association n'exige plus pour les adhérents de certificat médical et décline toute responsabilité en cas de problème médical au cours des séances.

Tout dossier incomplet ne sera pas traité, notamment si le tableau des activités en annexe n'est pas renseigné. Les adhérents ne pourront commencer les activités que si leur dossier complet a été déposé. Les listes d'inscription seront établies dans l'ordre de réception des dossiers.

- **Précisions :**

- **L'activité principale de notre association est la gymnastique d'entretien. Nous proposons, par semaine 7 séances de gymnastique d'entretien et 3 séances de gymnastique douce. Vous avez donc la possibilité de faire 1 séance de gym par semaine (ou par quinzaine en début de saison dans les séances très demandées).**
- **Par contre, dans les activités annexes (step, yoga, aquagym), nous ne pouvons pas vous garantir une place dans les séances.**
- **Aquagym :**
- Pour permettre à un plus grand nombre d'adhérents de pratiquer cette activité, une seule séance par semaine sera autorisée et toutes ces séances fonctionneront par quinzaine (semaines paires et impaires).
- **Gymnastique douce, yoga :**
- Pour la gym douce à Maurice Ravel aussi, une seule séance par semaine sera autorisée et toutes ces séances fonctionneront par quinzaine (semaines paires et impaires).
- **Yoga :**
- Choisir soit le mardi aux Jacobins soit le jeudi à L'Espace Associatif.

- **Tournez SVP →**

- **Gymnastique « continuons à bouger » :**
- Des inscriptions particulières seront faites pour cette séance du jeudi à 16 h 30 aux Jacobins. L'effectif est de 12 personnes au maximum. Voir notice particulière.
- **Gymnastique tonique et douce aux Jacobins :** Voir précisions sur l'annexe à cette notice en cas de restrictions d'accès aux salles.

Sur le site de l'association (<https://cjf-apefleurylesaubrais.sportsregions.fr>) vous serez informés sur le taux de remplissage des listes d'inscriptions des activités.

Modalités de dépôt des dossiers d'inscriptions :

Vous pouvez soit :

- Le déposer dans la boîte aux lettres du Cercle Jules Ferry (*voir adresse ci-dessous*)
- Ou l'envoyer par courrier à :

Cercle Jules Ferry Activités Physiques d'Entretien 151 rue Marcellin Berthelot 45400 FLEURY LES AUBRAIS.
(Bien préciser CJF APE sur l'enveloppe) car il y a 16 associations Cercle Jules Ferry qui peuvent recevoir du courrier à cette adresse !

Date limite de réception des dossiers d'inscription par courrier ou remis dans la boîte aux lettres :
le samedi 7 septembre 2024.

NB : si vous envoyez votre inscription par la poste, pensez à affranchir votre lettre au tarif 100 g.

Les cartes seront envoyées par courrier avec la réponse sur les séances ou les activités demandées.

Aucun dossier ne sera accepté dans les séances à la reprise.

Le planning prévisionnel des activités sera à votre disposition dans les salles à la rentrée. Vous pourrez aussi le consulter sur le site de l'association.

Attention : les horaires et les lieux des séances sont susceptibles de modification en fonction de la mise à disposition des locaux par la ville. Notre planning prévisionnel a été établi fin juin. Certaines réponses des services municipaux ne nous parviennent que début septembre.

Les activités reprendront le lundi 16 septembre 2024.

Site de l'association : <https://cjf-apefleurylesaubrais.sportsregions.fr>

Adresse courriel : cifape@gmail.com