



Amicale Sportive et Culturelle des Retraités Ancileviens

(Association loi 1901 déclarée le 22 Janvier 1992 modifiée le 21 novembre 2011)

3, rue de l'Aurore 74940 ANNECY-LE-VIEUX ☎ 04 50 23 85

✉ e-mail : fitness@ascra1.fr - Site : <http://ascra1.fr>

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN Avec Ewa & Lionel

Séances à partir du 11 septembre 2017

Espace Sports des Glaisins – Salle de Danse

- **Lundi de 16 h à 17 h avec Ewa**
- **Mardi de 15 h 55 à 16 h 55 avec Lionel**

FONCTIONNEMENT :

Pour assurer une bonne cohérence des cours, il ne sera pas accepté de faire des récupérations.

- Prévoir un tapis de sol ainsi qu'une paire de ballerines ou chaussettes.

DATE DES INSCRIPTIONS :

- **Mercredi 30 Août 2017 de 8 h 30 à 11 h**

TARIF : - 40 € pour 1 cours
- 60 € pour 2 cours

1 chèque pour chaque activité (règlement en 1 seule fois)

CONDITIONS D'INSCRIPTION :

**Etre à jour de votre adhésion ASCRA 2017/2018 (CARTE ROUGE).
(Les adhésions ne seront prises qu'avec un dossier complet tous les mardis à partir du 18 JUILLET 2017. (Adhésion, cotisation annuelle, certificat médical).**