



Fiche d'inscription ASM GYM FITNESS saison 2022-2023 SANOFI ET BIOMERIEUX

Nouveautés de la saison 22/23

- * Achat de la carte ASM en ligne
- * Ouverture de la section aux prestataires, conjoints et enfants majeurs des salariés
- * Règlement possible par chèques vacances
- * Nouveau planning de cours

I- Adhérez à l'ASM en achetant votre carte ASM en ligne

Cliquez sur le lien suivant et suivez les instructions : "[Je commande ma carte ASM](#)"

Notez votre numéro de facture (reçu par mail après paiement sur le site Yapla):



II- Complétez ce bulletin d'inscription et en faire une copie électronique

Etablissement*: SANOFI BIOMERIEUX Autre (Préciser) _____

Statut*: CDI Retraité Stagiaire/CDD/ Intérimaire/**Prestataire**

=> date de fin de contrat : ____/____/____

Conjoint/ enfant majeur de (NOM/PRENOM/ SOCIETE) _____

Email*: _____@_____

NOM* (celui de votre email ci-dessus): _____

PRENOM *: _____

(Nom sur le chèque si différent de l'adhérent : _____) *champs obligatoires



II- Préparez votre règlement :

 - Soit par chèque de **95 €** (ou **50€** à partir du 1^{er} février) libellé à l'ordre de "A S M Gym-Fitness"

 - Soit par **chèques vacances** (En partie ou en totalité)



A noter : Tarif réduit à 50€ applicable UNIQUEMENT pour les stagiaires, intérim, CDD et prestataires pour les inscriptions de septembre 2022 à janvier 2023 et à partir du 1^{er} février 2023 pour tous.

III- Déroulement de l'inscription :

❖ Envoyer par email, au format électronique, à l'adresse suivante : ASMsectionGymFitness@gmail.com

> Votre feuille d'inscription complétée et signée en renommant le fichier avec votre nom et prénom

❖ Envoyer par courrier le règlement :

> Pour **SANOFI** : A **Carole LEISER** - Sanofi MLE Algéco F Quart Niv 2

> Pour **BioMérieux**: A **Brigitte INCAURGARAT** - BIOMERIEUX Craponne bat K2 niveau 2

IV- Validation de votre inscription :

 - Seuls les dossiers complets seront validés (fiche d'inscription signée, numéro de facture de la carte ASM, règlement par chèque bancaire ou chèques vacances)

 - Vous recevrez par retour de mail, la confirmation de votre inscription et le lien de connexion à la plateforme Zoom pour suivre les cours en distanciel

V- Bonnes pratiques :

 - Les cours en présentiel sont limités à deux par semaine

 - Les cours en distanciel sont illimités mais réservés aux adhérents (Merci de ne pas transférer le lien)

Reprise des cours Lundi 05 Septembre 2022

Pour toute question ou problème d'inscription, vous pouvez nous écrire à l'adresse email suivante : ASMsectionGymFitness@gmail.com

Je m'engage à respecter le règlement intérieur

Nom : Date : / / 2022

Signature



PLANNING ASM GYM-FITNESS

ANNEE 2022/2023



	LUN	MAR	MER	JEU	VEN
12h00 - 12h45	PILATES enseigné par Cathy		PILATES enseigné par Cathy	STRETCHING enseigné par Elsa	SWISS BALL PILATES enseigné par Clarisse
12h45- 13h30*	FIT DANSE- *cours d'1H enseigné par Alexis		RENFORCEMENT MUSCULAIRE enseigné par Cathy	RENFORCEMENT MUSCULAIRE enseigné par Elsa	FIT TRAINING (Cardio/ Renforcement musculaire) enseigné par Clarisse
13h30-14h15			RENFORCEMENT MUSCULAIRE OU PILATES enseigné par Clarisse	RENFORCEMENT MUSCULAIRE enseigné par Elsa	DOS / CAF façon PILATES enseigné par Clarisse
16h30-17h30		RENFORCEMENT MUSCULAIRE enseigné par Elsa			
17h00-18h00				PILATES enseigné par Cathy	
17h30-18h30	CARDIO rythme samba/afro/brésilien enseigné par Marjolaine	RENFORCEMENT MUSCULAIRE enseigné par Elsa			

Pas de cours aux dates suivantes:

Lundi 31 octobre 2022	Mardi 1er Novembre 2022	Vendredi 11 novembre 2022	
Du Lundi 19 décembre 2022 au Lundi 2 janvier 2023 inclus (Reprise le Mardi 3 janvier 2023)			
Lundi 10 avril 2023	Lundi 1er mai 2023	Lundi 8er mai 2023	Jeudi 18 et vendredi 19 mai 2023
Lundi 29 mai 2023			

Fin des cours le 30 juin 2023