

Nom		Prénom	
Date naissance		Renouvellement	
Adresse			
Code postal		Ville	
Téléphone fixe		Portable	
Mail majuscules			

ADHESION OBLIGATOIRE

(66 % déductibles des impôts de 2026)

60 €

Inclus dans l'adhésion

Visites – restaurants – loisirs**COTISATIONS AUX ACTIVITES****SCRABBLE** parties libres *mardi* 14 h – 18 h **40 €** **BRIDGE** parties libres *mardi – mercredi – jeudi* 14 h – 17 h **50 €** **RANDONNEE**Frais + assurance + licence fédération française de randonnée pédestre **50 €** **PROMENADE NATURE** *lundi ou jeudi – après-midi* **gratuit**Montant total des activités choisies en pages 1 et 2 **+** Réduction famille : à compter de la 3^e personne soustraire 40 % du tarif **-** **TOTAL =**

Chèque à l'ordre d'ACTUEL XV

Virement à IBAN FR76 3000 3034 9400 0502 6000 793

Ou utiliser le QR CODE en bas de page

**Certificats médicaux**

Plongée

tous les ans

Randonnée

à l'inscription

Date et signature



Sur téléphone ouvrir l'application QR Code
Diriger l'appareil vers le QR ci-contre
Ouvrir le navigateur
Saisir le montant
En référence, indiquer l'activité choisie

Si un don est demandé, cliquer sur **modifier**
et inscrire 0 €
C'est Actuel XV qui fait un don

Cadre réservé

PLONGÉE

Piscine Murlon – 19 rue Gaston de Caillavet – 15^e

Licence FFESSM et assurance comprises – matériel fourni – certificat médical < 3 mois obligatoire

Préparation / perfectionnement

Matériel fourni – séance en fosse *vendredi 20 h 15 – 22 h 30* **300 €**

Nage PMT (palmes-masque-tuba)

Apnée – nage – aisance aquatique *mercredi 19 h 15 – 20 h 30* **190 €**

Nage PMT + natation

mercredi et vendredi **280 €**

Atelier jeunes à partir de 14 ans

Plongée libre et bouteille *mercredi 19 h 15 – 20 h 30* **275 €**

Encadrants

80 €

NATATION

avec maître-nageur *vendredi 18 h – 19 h* **150 €**

AQUAGYM


avec maître-nageur *vendredi 19 h – 20 h* **220 €**


Natation + aquagym


vendredi 18 h – 20 h **300 €**


BADMINTON

Gymnase Keller – 17 rue de l'ingénieur Keller – 15^e

mercredi 19 h 15 – 21 h 

jeudi 19 h 30 – 22 h 30 

samedi 14 h – 16 h 30 


samedi 16 h 30 – 19 h 


1 séance par semaine **205 €**

GYMNASTIQUE


Gymnase Cévennes – 11 rue de la montagne d'Aulas – 15^e


Gymnastique douce

lundi 17 h – 18 h 


jeudi 11 h – 12 h 

Gymnastique d'entretien


lundi 18 h – 19 h 

jeudi 19 h – 20 h 


Santé et gymnastique


samedi 10 h – 11 h 


Renforcement musculaire

jeudi 12 h – 13 h 


Stretching


lundi 19 h – 20 h 

jeudi 18 h – 19 h 

samedi 11 h – 12 h 

Pilates

jeudi 17 h – 18 h 

samedi 12 h – 13 h 

Pour toute la gymnastique 1 séance par semaine **185 €**

2 séances par semaine au choix **295 €**

3 séances par semaine au choix **365 €**

YOGA

Gymnase Sablonnière – 62 rue Cambronne – 15^e

Yoga doux *mardi 18 h – 19 h* **270 €**

Hatha yoga *mardi 19 h – 20 h* **270 €**

Yogalates (Yoga / Pilates) *jeudi 18 h – 19 h* **270 €**

Ashtanga yoga (1 h 30) *jeudi 19 h – 20 h 30* **330 €**

2 séances par semaine au choix **390 €**