



ACTIVITES ADULTES

Yoga » Salle de la gare	Mardi	16h-17h	310€/an (1 séance hebdo) + adhésion
	Jeudi	20h-21h	
Zumba, Zumba Strong Cardio boxe » Centre Socio-culturel	Lundi	20h-21h	165€/an + adhésion pour 1 cours par semaine ou 240€/an pour 2 cours par semaine
	Mercredi	20h-21h	
Gym Douce, Stretching » Centre Socio-culturel	Mercredi	20h-21h	300€/an pour 3 cours par semaine
	Jeudi	19h30-20h30	
Renforcement musculaire » Centre Socio-culturel	Jeudi	19h30-20h30	semaine
Hip-Hop (ados/adultes) » Gde salle du Réal	Mercredi	18h-19h	150€/an + adhésion
Salsa » Centre Socio-culturel	Jeudi	20h30-21h30	165€/an + adhésion
Marche nordique	Samedi	10h-12h	225€/an+ adhésion pour 1 séance par semaine 270€/an+ adhésion pour 2 séances par semaine
	Mercredi	14h-16h	
(1 semaine départ de Jouques / 1 semaine départ de Rians en alternance)			
Trail	Sortie hebdomadaire		Adhésion JGR et participation libre
	Jeudi 19h		
Vélo de route	Samedi matin		Adhésion JGR et participation libre
	Dimanche ?		



ACTIVITES ENFANTS / JEUNES

Judo 4-5 ans (éveil) » Centre Socio-culturel	Les enfants pris à la garderie	Mercredi 16h15-17h	120€/an + adhésion
Judo 6-8 ans » Centre Socio-culturel	Lundi 17h-18h	Mercredi 17h-18h	210€/an + adhésion
Judo 9-13 ans » Centre Socio-culturel	Lundi 18h-19h	Mercredi 18h-19h	210€/an + adhésion
Judo 14-16 ans » Centre Socio-culturel	Nouvelle catégorie	Mercredi 19h-20h	120€/an + adhésion
Mini Baby Gym 18mois – 3 ans » Gde salle du Réal	Mercredi 10h30 –11h		165€/an + adhésion Prés. d'un adulte oblig.
Baby Gym 3-6 ans » Gde salle du Réal	Mercredi 9h30-10h30		165€/an + adhésion
Zumba Enfant » Centre Socio-culturel	Mercredi 13h-14h		165€/an + adhésion
Gym R&S /Zumba 6-15 ans » Centre Socio-culturel	Mercredi 14h-16h		210€/an + adhésion
Hip Hop 6-8 ans » Gde salle du Réal	Mercredi 16h-17h		150€/an + adhésion
Hip Hop 8-12 ans » Gde salle du Réal	Mercredi 17h-18h		150€/an + adhésion
Hip Hop ado/adultes » Gde salle du Réal	Mercredi 18h-19h		150€/an + adhésion
VTT 10-13 ans » Centre Socio-culturel	Mercredi 14h30-16h		110€/an + adhésion



Conditions Générales

Pour participer aux activités, vous devez :

- Etre adhérent de l'association (avec assurance) : **24€ par an**
- Régler les activités par chèque à remettre à l'inscription ou carte bancaire sur le site de JGR
--- avec Possibilité de paiement avec 3 chèques ou par 3 prélèvements bancaires sur le site de JGR
- Fournir un certificat médical obligatoire pour toute première adhésion dans l'activité choisie ou l'attestation de santé relative au questionnaire pour tout renouvellement (sauf Yoga)

Les activités se dérouleront du 9 septembre 2019 jusqu'à fin juin 2020, hors vacances scolaires et jours fériés.

L'inscription est ferme et définitive sans désistement possible (sauf en cas d'impossibilité de pratiquer un sport, attestée par certificat médical, ou en cas de déménagement).

Vous avez la possibilité d'effectuer une séance d'essais du 9 au 14 septembre 2019 avec remise d'un chèque de 24€ qui sera détruit, s'il n'y a pas de suite à cet essai.

Les enfants doivent être amenés et repris à la salle de cours par les parents (exception pour la séance de judo du lundi, le professeur peut prendre en charge les enfants à la garderie).

Les horaires des cours sont susceptibles d'être ajustés courant septembre.

JGR est une association sans but lucratif reposant sur le bénévolat ; participez à la vie de votre association !



Jouques Génération Raid

RENTREE 2019

Activités enfants / ados / adultes

Inscriptions :

- le **1 septembre** matin (forum des associations) ;
- le **6 septembre** de 15h30 à 18h à la salle du Réal ;
- par internet en complétant la fiche d'inscription
sur www.jouques-generation-raid.fr

Règlements proposés à l'inscription :

- **3 chèques ;**
- **3 prélèvements bancaires (par internet)**



Tarifs et adhésion inchangés

Pour tous Renseignements : sections.jgr@raid-de-jouques.com

Ou tél : [06 85 87 73 64](tel:0685877364)