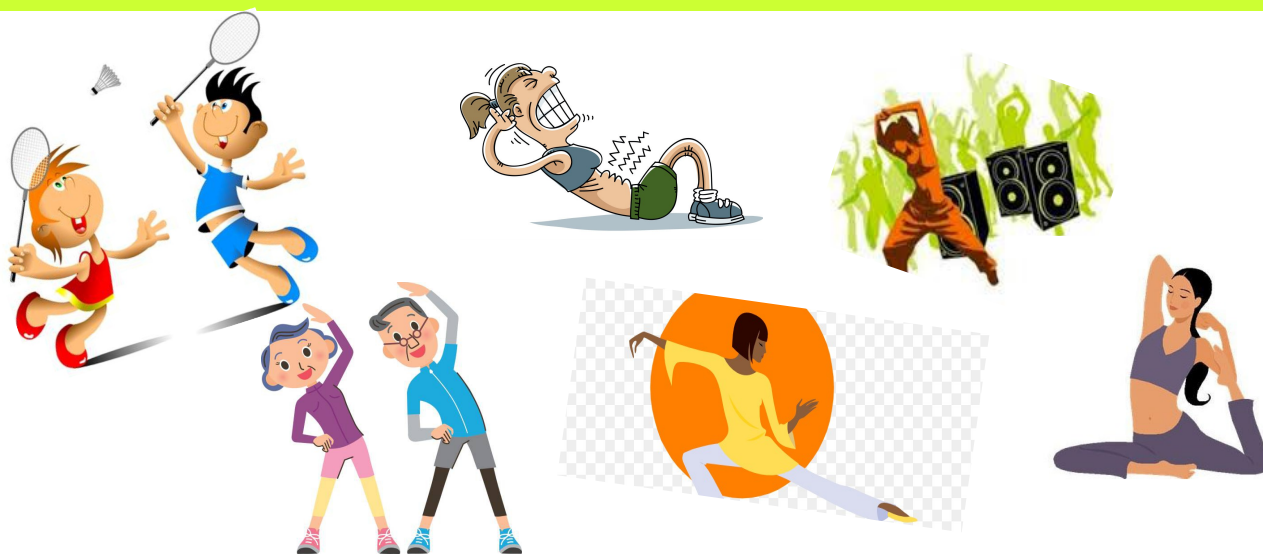


Association Sportive et Culturelle de Doucier

ACTIVITES 2018/2019



L'association sportive et culturelle de Doucier vous propose chaque année une palette d'activités sportives et culturelles.

Retrouvez les activités en page 2 et 3 du dépliant.

Pour accéder à ces activités, rien de plus simple, venez tester en une ou deux séances, ou en vous inscrivant directement auprès du référent de l'activité.

Vous devrez ensuite vous acquitter de la cotisation annuelle par famille de **15 €** et de l'adhésion à l'activité.

Tarif dégressif pour inscription à une seconde activités (tarif à 90 € sur la moins chère).

Vous avez la possibilité de payer en trois fois, les cours (en donnant 3 chèques dès l'inscription à l'ordre de l'ASCD), selon l'échéancier choisi-en général, octobre, janvier et avril.

Pas de remboursement pour convenance personnelle, mais uniquement sur présentation d'un certificat médical ou déménagement professionnel.

L'inscription doit se faire IMPERATIVEMENT A PARTIR DU BULLETIN JOINT DE VOTRE PAIEMENT.

Pour en savoir plus sur notre association, retrouvez-nous régulièrement sur notre site internet :

<https://ascdoucier.wordpress.com/>

BIBLIOTHEQUE

Ouverte tous les **Samedis et mercredis de 10 h à 12 h (sauf vacances scolaires)**

Plus de 3000 ouvrages vous attendent, pour les enfants, les ados, les adultes.

Sur la place du groupe scolaire, bâtiment du DAB du crédit agricole.

La cotisation à l'ASCD donne accès à la bibliothèque et vous permet d'emprunter des livres...inscriptions directement à la bibliothèque.

Réouverture le 5 septembre

Domicil'livres pour les plus de 60 ans, service de portage à domicile de livres sur
uniquement.



GYM d'entretien Adultes—ados

Tous les mercredis de **19 h 30 à 20 h 30**, salle de l'avenir à Doucier, gym d'entretien,-cardio, renforcement musculaire, stretching....-et bonne humeur

Encadré par Gaëtan Heim

Démarrage le mercredi 12 septembre,

1 séance d'essai possible avant de vous engager

Pensez à apporter un tapis de sol, tenue décontractée, chaussures de sport

TARIF : de 110 €/ an / personne

Inscription/contact : Christine Grand 03/84/25/77/07



STRONG-ZUMBA Adultes et Ados

Tous les mercredis de **20 h 30 à 21 H 30**, salle de l'avenir à Doucier, cours de strong Zumba

Démarrage le mercredi 12 septembre,

Encadré par Gaëtan Heim

1 séance d'essai possible avant de vous engager

Pensez à apporter une tenue décontractée, chaussures de sport

TARIF : de 110 € / an / personne

Inscription/contact : Florence NERET 03/84/25/76/07





YOGA pour adultes

de 19 h 00 à 20 h 30, salle de l'Accueil de loisirs groupe scolaire Doucier, encadré par Sylvie Ripart

TARIF : 150 €/an /personne , (soit 1 h 30 de cours), .

Démarrage le lundi 17 septembre, sauf pendant les vacances

Pensez à apporter un tapis de sol, tenue décontractée, couverture, veste

1 séance d'essai possible, limité à 15 personnes

Certificat médical d'aptitude à la pratique du Yoga

Inscription/contact : Sylvie Ripart : 07-86-28-13-76



BADMINTON adultes-ados

Les vendredis soir de 20 h 30 à 22 h 30, halle sportive de la MFR de Chalain (ancien CREPS) à Doucier.

1 Séance d'essai

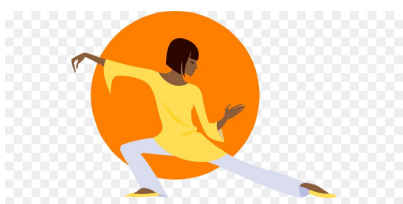
Des chaussures de sport propres sont indispensables pour accéder à la halle (usage unique intérieur)

Démarrage le 21 septembre, sauf vacances scolaires

Ouvert aux adolescents et adultes.

TARIF : 80 €/personne

Inscription/contact : Martine TOLLE sur place



Qi Gong



Le lundi de 10 h à 11 h salle de l'Avenir **pour les séniors**

Le jeudi de 19 h à 20 h salle de l'Avenir **pour les adultes**

Encadré par Marguerite Bobey

Tenues décontractées

1 séance d'essai possible avant de vous engager

Démarrage le 10 septembre , sauf vacances scolaires

TARIF : 100 € /personne

Inscription/contact : Florence NERET 03/84/25/76/07

Ou Marguerite Bobey 06/86/87/10/78

BULLETIN D'INSCRIPTION AUX ACTIVITES

à rendre impérativement avec votre paiement



ADHESION ASCD (merci de remplir votre mail pour toute correspondance et info à faire passer)

Nom prénom

Adresse

Téléphone

Mail

INSCRIPTION ACTIVITES

Nom prénom	Activités Choisies	Coût/an
------------	--------------------	---------

RECAPITULATIF

ADHESION ASCD :	15 €
ACTIVITES :	
TOTAL	

Autorisation d'utilisation d'image

Je soussigné (e) _____ demeurant à:..
Accorde à l'association ASCD, dont le siège est situé à Doucier et à ses
représentants et toute personne agissant avec leur permission, photographe ou
réalisateur à me photographier, enregistrer ou filmer, dans le cadre des activités de
l'association (répétitions, réunions, déplacements, démonstrations, toute autre
activité liée à l'objet ou action de l'association). Et que ces images puissent être
utilisées dans le cadre des publications, site de l'ASCD, exposition, projection
publique.

Fait le _____ à _____
signature