

Adhésion et tarifs Saison 2025 – 2026

Montant de l'adhésion à l'association : 52 € pour l'année, il comprend :

- L'inscription :
 - à la Fédération Française de Retraite Sportive (FFRS) et sa revue Vital'ité
 - au Comité Régional de Retraite Sportive (CORERS)
 - au Comité Départemental de Retraite Sportive (CODERS)
- La licence sportive obligatoire et l'assurance GRAS SAVOYE valable du 1/9/2025 au 31/08 /2026
- L'inscription au club Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO)

+ Tarif des activités saison 2025-2026 à compter du 15 /09/ 2025 (hors vacances scolaires)

Activités	Tarif pour la saison	Payable en 3 fois
Aquagym *	210 €	Oui
Gym douce barre au sol *	195 €	Oui
Gym holistique du Docteur Lily Ehreinfried *	195 €	Oui
Gym maintien en forme GMF *	195 €	Oui
Marche Nordique mercredi et jeudi	30 €	-
Marche Nordique * lundi ou mardi ou vendredi	150 €	Oui
Natation * initiation – perfectionnement	210 €	Oui
Pétanque	20 €	-
Pilâtes *	195 €	Oui
Qi Gong *	195€	Oui
Randonnées pédestres	30 €	-
Stretching *	195 €	Oui
Stretching – Pilâtes *	195 €	Oui
Stretching postural *	195 €	Oui
Taï Chi Chuan *	195 €	Oui
Yoga *	210 €	Oui
*Réduction par activités supplémentaires Exemples : 2h Aquagym 360 € au lieu de 420 € 2h GMF 330 € au lieu de 390 € 1h GMF + 1h Yoga 345 € au lieu de 405 € 2h GMF + 1h Qi Gong 495 € au lieu de 585 €	30 €	

Au cas où une activité serait annulée en cours d'année, les sommes trop perçues seraient remboursées au « prorata temporis »

Inscriptions :

- à notre permanence à la MVAC du 16^{ème} tous les **mardis matin** de 10h30 à 12h30 à partir du **mardi 2 septembre 25**
Ajout mardis 2 et 9 septembre de 14h à 16h
- aux permanences du 9^{ème} et du 15^{ème} arrondissement le 2^{ème} mercredi du mois **sur RENDEZ VOUS**
- par correspondance à compter du 20 Août 2025 adressée à :

Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO), MVAC du 16^{ème} - Boîte n° 24 - 14 avenue René Boylesve 75016 Paris

Pièces à fournir OBLIGATOIREMENT :

- le **bulletin d'adhésion** rempli lisiblement en lettres majuscules, daté et signé (ne pas oublier les numéros de téléphone et adresse courriel).
- le **règlement des activités choisies + le montant de l'adhésion au club (52€) par chèque à l'ordre de RSPO**
- le **questionnaire santé Q-AAT+ est à compléter et à garder sur vous pendant vos activités**

NE PAS NOUS LE RENVOYER