

## 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 Vitalité
  - 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 01/01/2026 (hors vacances scolaires)

Activités	Tarif pour la saison	Payable en 3 fois
Aquagym *	140 €	Oui
Gym douce barre au sol *	130 €	Oui
Gym holistique du Docteur Lily Ehreinfried *	130 €	Oui
Gym maintien en forme GMF *	130 €	Oui
Marche Nordique mercredi et jeudi	30 €	-
Marche Nordique * lundi ou mardi ou vendredi	100 €	Oui
Natation * initiation – perfectionnement	140 €	Oui
Pétanque	20 €	-
Pilates *	130 €	Oui
Qi Gong *	130 €	Oui
Randonnées pédestres	30 €	-
Stretching *	130 €	Oui
Stretching – Pilates *	130 €	Oui
Stretching postural *	130 €	Oui
Tai Chi Chuan *	130 €	Oui
Yoga *	140 €	Oui
* Réduction par activités supplémentaires	15 €	
Exemples :		
2h Aquagym 250 € au lieu de 280 €		
2h GMF 230 € au lieu de 260 €		
1h GMF + 1h Yoga 240 € au lieu de 270 €		
2h GMF + 1h Qi Gong 345 € au lieu de 390 €		

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<sup>ème</sup> tous les mardis matin de 10h30 à 12h30
- aux permanences du 9<sup>ème</sup> et du 15<sup>ème</sup> arrondissement le 2<sup>ème</sup> mercredi du mois sur RENDEZ VOUS
- par correspondance adressée à :  
Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO), MVAC du 16<sup>ème</sup> - 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

## Les Permanences

Tous les mardis de 10h30 à 12h30

**MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 16<sup>ème</sup>**

14, avenue René Boylesve - 75016 Paris

Métro ligne 6, arrêt Passy - Bus ligne 72, arrêt Lamballe-Ankara ou Bir Hakeim

Le 2<sup>ème</sup> mercredi de chaque mois de 10h à 12h sur rendez-vous

**MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 15<sup>ème</sup>**

22, rue de Saïda - 75015 Paris

Tram T3a arrêt Georges Brassens

Le 2<sup>ème</sup> mercredi de chaque mois de 15h à 17h sur rendez-vous

**MVAC, Maison de la Vie Associative et Citoyenne du 9<sup>ème</sup>**

54, rue Jean-Baptiste Pigalle - 75009 Paris

Métro lignes 2 et 12, station Pigalle ou ligne 12, station Saint Georges

Bus arrêt Pigalle, lignes 67, 54, 30

## Les Lieux d'Activités

**Piscine d'Auteuil :**

1, rue des Lacs à Passy - Paris 16<sup>ème</sup>

**Piscine la Plaine :**

14, avenue du Général Guillaumat – Paris 15<sup>ème</sup>

**Bassin école Léon Biancotto :**

5, avenue du cimetière des Batignolles - Paris 17<sup>ème</sup>

**Gymnase Roquépine :**

18, rue Roquépine – Paris 8<sup>ème</sup> salle de danse

**Gymnase Jacqueline Auriol :**

208, rue du Faubourg Saint Honoré

Entrée rue piétonne : 7, allée Louis de Funès - Paris 8<sup>ème</sup> salle polyvalente n° 2

**Centre Paris Anim' Jacques Bravo :**

14, rue de la Tour des Dames - Paris 9<sup>ème</sup>

Petite salle de sport

**C3B : Carrefour Culturel Chrétien Beaugrenelle :**

54, rue Emeriau - Paris 15<sup>ème</sup>

Salle Bolchoï au sous-sol le lundi et salle Agora au rez-de-chaussée le vendredi

**Gymnase Cévennes :**

11, rue de la Montagne d'Aulas

Rue piétonne entrée au niveau du 190, 192 rue St Charles - Paris 15<sup>ème</sup> salle de danse au niveau -1

**Gymnase du stade Suchet :**

25, avenue du Maréchal Franchet d'Esperey

Entrée Square Henry Bataille - Paris 16<sup>ème</sup> salle de danse

**MN lundi ou mardi ou vendredi :**

RV devant le Pavillon Dauphine côté bois,

Porte Dauphine - Paris 16<sup>ème</sup>

**MN mercredi et jeudi :**

Programme trimestriel remis aux adhérents.

**Pétanque :** Pelouse d'Auteuil Paris 16<sup>ème</sup>, à 200 m de l'hippodrome, Route de Boulogne à Passy.

**Randonnées :** en Ile-de-France, programme trimestriel remis aux adhérents.