

Adhésion et tarifs Saison 2025 – 2026

Montant de l'adhésion « découverte » à l'association : 25 € pour le trimestre, il comprend :

- L'inscription :
 - à la Fédération Française de Retraite Sportive (FFRS)
 - L'assurance GRAS SAVOYE valable du 1^{er}/04/ au 30/06/2026
- L'inscription au club Retraite Sportive Paris Ouest (RSPO)

+ Tarif des activités saison 2025-2026 du 1^{er} Avril 2026 au 30 Juin 2026 (hors vacances scolaires)

Activités	Tarif pour le trimestre
Aquagym *	70 €
Gym douce barre au sol *	65 €
Gym holistique du Docteur Lily Ehreinfried *	65 €
Gym maintien en forme GMF *	65 €
Marche Nordique mercredi et jeudi	30 €
Marche Nordique * lundi ou mardi ou vendredi	50 €
Natation * initiation – perfectionnement	70 €
Pétanque	20 €
Pilates *	65 €
Qi Gong *	65€
Randonnées pédestres	30 €
Stretching *	65 €
Stretching – Pilates *	65 €
Stretching postural *	65 €
Taï Chi Chuan *	65 €
Yoga *	70 €
*Réduction par activités supplémentaires Exemples : 2h Aquagym ou natation 130€ au lieu de 140 € 2h GMF 120 € au lieu de 130€ 1h GMF + 1h Yoga 125 € au lieu de 135 € 2h GMF + 1h Qi Gong 185 € au lieu de 195 €	5€

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 **hors vacances scolaires**
- aux permanences du 9^{ème} et du 15^{ème} arrondissement le 2^{ème} mercredi du mois **sur RENDEZ VOUS**
- par correspondance 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 (25€) par chèque à l'ordre de RSPO**
- le **questionnaire santé Q-AAP+ est à compléter et à garder sur vous pendant vos activités**

NE PAS NOUS LE RENVOYER