



PLANNING ACTIVITES

du 7 septembre 2020 au 18 juin 2021



MUSCULATION

Du Lundi au vendredi 9h à 20h et le samedi 9h à 17h, hors juillet et août



MUSCULATION « PÉRIODE ESTIVALE » POUR L'ENSEMBLE DES ADHÉRENTS

Si le nombre est suffisant, possibilité d'accéder à la salle de sport à partir de mi-juin jusqu'au 31 août de 9h à 17h du lundi au vendredi



SAUNA

Du lundi au vendredi de 9h à 20h, hors juillet et août



AQUAGYM

Cours : Mardi de 16h45 à 17h30
1er mardi d'octobre 2020 à début juin 2021,
Hors vacances scolaires



SKI LOISIRS

Sorties de ski de janvier à mars, hors périodes scolaires d'hiver (toutes zones)



WEEK-END OU JOURNÉE LOISIRS

Nous vous proposons un week-end ou journée loisirs durant la saison. Destination, programme, modalités d'inscription et renseignement seront disponibles sur notre site internet



Plus d'infos sur www.aslchug.fr



PLANNING ACTIVITES

MULTISPORTS

Du 7 septembre 2020 au 18 juin 2021
Hors vacances scolaires

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI

12h15-13h GYM TONIQUE 	12h-12h45 GYM BODY SCULPT 	12h15-13h GYM RENFORCEMENT MUSCULAIRE 	12h-12h45 GYM PILATES 	12h15-13h ACTI'DOS
--	--	--	--	----------------------------------

16h10-17h10

YOGA



16h45-17h30

QI GONG



17h -17h45

GYM

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

17h30-18h15

GYM

STRETCHING

18h -18h45

GYM

PILATES

LINE DANSE

18h30-21h30

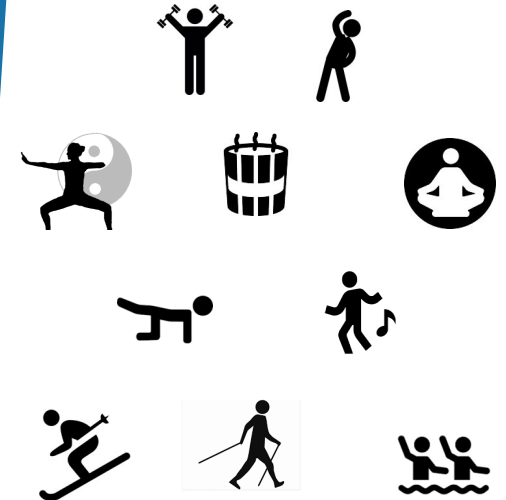
Novice
Inter+



Pour des raisons sanitaires, à ce jour nous ne pouvons pas accueillir plus de 20 personnes par cours. Pour l'activité Gym, merci de bien vouloir vous positionner sur 1 ou 2 cours.

Si la situation sanitaire évolue favorablement les restrictions seront levées.

INSCRIPTION 2020-2021



Association Sport et Loisirs du
Personnel Hospitalier
CHU de Grenoble

CS 10217

38043 Grenoble cedex9

Tél.: 04 76 76 52 80

asl@chu-grenoble.fr

www.aslchug.fr

IDENTITÉ

Nom _____

Prénom _____

Date de naissance _____

Sexe : Féminin Masculin

Adresse complète _____

N° de téléphone _____

E-mail personnel (*lisible*) _____

Vous êtes (cochez la case correspondante) :

Hospitalier Interne Externe

Indiquez votre Service _____

N° de poste _____

E-mail _____

Conjoint hospitalier Enfant (jusqu'à 25 ans inclus)

Indiquez Nom et prénom de votre conjoint ou parent

Et nom de son service _____

Retraité hospitalier ou son conjoint

CHOIX SECTION(S) ANNUELLE(S) DU 7 SEPTEMBRE 2020 AU 18 JUIN 2021

COTISATION ANNUELLE ASL	22 € <input checked="" type="checkbox"/>
CAUTION BADGE obligatoire <i>Pour les activités en salle uniquement</i>	5 € <input type="checkbox"/>
GYMNASTIQUE (cocher au verso 2 cours auxquels vous pensez participer)	123 € <input type="checkbox"/> <i>-21€</i>
MUSCULATION	115 € <input type="checkbox"/> <i>-20€</i>
Accès Salle MUSCU mi-juin à fin août pour tous les adhérents pratiquants (chèque de règlement à part)	25 € <input type="checkbox"/>
ACTI'DOS	70 € <input type="checkbox"/> <i>-12€</i>
LINE DANSE	1er crs 80 € <input type="checkbox"/> 2èm crs 60 € <input type="checkbox"/> <i>-14€</i>
QI GONG	90 € <input type="checkbox"/> <i>-15€</i>
YOGA	115 € <input type="checkbox"/> <i>-20€</i>
SAUNA <i>Fermé jusqu'à nouvel ordre</i>	50 € <input type="checkbox"/> <i>-9€</i>
<i>1/2 tarif si inscription à une autre section</i>	25 € <input type="checkbox"/>
AQUAGYM	105 € <input type="checkbox"/> <i>-18€</i>
SKI LOISIRS (+formulaire cf.site web)	<input type="checkbox"/>
Réduction pour les adhérents 2019/2020 : <i>(dans la même activité)</i>	- _____ €
MONTANT TOTAL A REGLER Cotisation ASL 22€+coût section(s) + 5€ caution badge si non payé Par chèque à l'ordre de ASL-CHUG	

CAUTION BADGE

Une caution est demandée à toute personne s'inscrivant à une activité pratiquée dans une de nos salles (multisport, sauna, muscu.). Votre caution vous sera rendue contre le retour de votre badge et signature d'un justificatif de remboursement.

ENGAGEMENT DE L'ADHERENT

Je m'engage à prendre connaissance du **règlement général** de l'ASL ainsi que de la (ou des) section(s) à laquelle (auxquelles) j'adhère et à m'y conformer.

Je m'engage à **respecter les règles sanitaires** indiquées dans le règlement général qui est téléchargeable sur notre site web.

Dater et signer (*obligatoire*)

PIÈCES À JOINDRE

Tout dossier d'inscription incomplet sera retourné

- * 1 photo (sauf adhérents saison précédente)
- * 1 certificat médical d'aptitude de moins de 3 mois
- * 1 fiche d'inscription dûment complétée et signée
- * 1 copie de votre dernier bulletin de paie (ou celle de votre conjoint hospitalier ou de votre parent hospitalier) ou attestation du CHUG de départ à la retraite.
- * 1 copie de pièce d'identité pour les enfants à charge 18-25 ans



Des photos ou vidéos peuvent être prises dans le cadre de votre activité pour illustrer notre site web. Vous pouvez vous y opposer lors de la prise vue ou nous demander par mail le retrait de ces visuels.