



## PLANNING ACTIVITES

### MUSCULATION

12 SEPTEMBRE 2022 AU 16 JUIN 2023

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 du 17 Juin au 31 Août de 9h à 17h du lundi au vendredi

### SAUNA

12 Septembre 2022 au 16 juin 2023

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



### AQUAGYM

03 Octobre 2022 au 16 juin 2023

Cours à La Tronche : Mardi 17h00 à 17h45

(Hors vacances scolaires)



### NATATION

03 Octobre 2022 au 16 juin 2023

Cours à Coublevie : Jeudi 17h00 à 17h45

Sous réserve d'un nombre suffisant



### SKI LOISIRS

Sorties de ski le samedi, 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 renseignements seront disponibles sur notre site internet



Plus d'infos sur [www.aslchug.fr](http://www.aslchug.fr)



## PLANNING ACTIVITES

### MULTISPORTS

Du 12 septembre 2022 au 16 juin 2023

Hors vacances scolaires

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

12h15- 13h

**GYM**

TONIQUE



Anne

12h-12h45

**GYM**

TONIQUE



Naceira

12h15-13h

**GYM**

RENF.MUSCULAIRE  
+STRETCHING



Catherine

12h-12h45

**GYM**

PILATES



Catherine

12h45-13h30

**ACTI'DOS**



Naceira

16h15-17h15

**YOGA**



Annie

17h -17h45

**GYM**

RENFORCEMENT  
MUSCULAIRE



Naceira

18h -18h45

**GYM**

PILATES



Sylvia

18h30-21h30

**LINE  
DANSE**



Isa

# INSCRIPTION 2022-2023



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](http://www.aslchug.fr)

[www.aslchug.fr](http://www.aslchug.fr)

## IDENTITÉ

Nom \_\_\_\_\_

Nom de naissance \_\_\_\_\_

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)

COTISATION ANNUELLE ASL	25 € <input checked="" type="checkbox"/>
CAUTION BADGE obligatoire <i>Pour les activités en salle uniquement</i>	5 € <input type="checkbox"/>
GYMNASTIQUE	125 € <input type="checkbox"/>
MUSCULATION	115 € <input type="checkbox"/>
Accès Salle MUSCU mi-juin à fin août <b>pour tous les adhérents pratiquants (chèque de règlement à part)</b>	25 € <input type="checkbox"/>
ACTI'DOS	80 € <input type="checkbox"/>
LINE DANSE	1 <sup>er</sup> crs 80 € <input type="checkbox"/> 2 <sup>èm</sup> crs 60 € <input type="checkbox"/>
YOGA	120 € <input type="checkbox"/>
AQUAGYM La Tronche	115 € <input type="checkbox"/>
PISCINE Coublevie	120 € <input type="checkbox"/>
SAUNA	60 € <input type="checkbox"/>
1/2 tarif si inscription à une autre section	30 € <input type="checkbox"/>
SKI Loisirs (formulaire cf.site web)	<input type="checkbox"/>
WE/Journée Loisirs (formulaire cf.site web)	<input type="checkbox"/>
<b>MONTANT TOTAL A REGLER</b> Cotisation ASL 25€+coût section(s) + 5€ caution badge <u>si non payé</u> 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 (original)**
- \* 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 de vue ou nous demander par mail le retrait de ces visuels.