



PLANNING ACTIVITES



MUSCULATION

8 SEPTEMBRE 2025 AU 30 AOÛT 2026

Du Lundi au vendredi **8h à 21h** et
le samedi **9h à 17h**, hors juillet et août



Cours /Coaching de Septembre à fin Janvier
les mercredis de 16h20 à 17h20



SAUNA

8 Septembre 2025 au 19 juin 2026

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



AQUAGYM

23 Septembre 2025 au 9 juin 2026

Cours à La Tronche : Mardi 16h45 à 17h30
hors vacances scolaires



BUNGY PUMP

6 séances

Cours d'1h : **Mardi de 17h à 18h**

30 Sept./14 Oct./25 Nov./28 Avril/26 Mai/16 Juin



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 8 septembre 2025 au 19 juin 2026

Hors vacances scolaires

LUNDI

12h15– 13h
GYM
TONIQUE

Anne

MARDI

12h-12h45
GYM
TONIQUE

Naceira

MERCREDI

12h15-13h
GYM
RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
+STRETCHING

Catherine

JEUDI

12h-12h45
GYM
PILATES

Catherine

16h15-17h15

YOGA

Sophie

18h -18h45

GYM
PILATES

Sylvia

17h -17h45

GYM
RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
Gainage
Stretching

Naceira

18h15-20h30

LINE DANSE
INovice+/Inter+


17h-18h

LINE DANSE
Débutant


www.aslchug.fr

INSCRIPTION 2025-2026



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

FICHE D'INSCRIPTION 2025-2026

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)

COTISATION ANNUELLE ASL	25 € <input checked="" type="checkbox"/>
CAUTION BADGE (si non payé) Pour les activités en salle uniquement	5 € <input type="checkbox"/>
GYMNASTIQUE	125 € <input type="checkbox"/>
MUSCULATION	120 € <input type="checkbox"/>
ACTI'DOS	80 € <input type="checkbox"/>
YOGA	120 € <input type="checkbox"/>
SAUNA	60 € <input type="checkbox"/>
1/2 tarif si inscription à une autre section	30 € <input type="checkbox"/>
LINE DANSE	1er crs 80 € <input type="checkbox"/> 2èm crs 60 € <input type="checkbox"/>
AQUAGYM	115 € <input type="checkbox"/>
BUNGY PUMP (formulaire cf.site web)	<input type="checkbox"/>
WE/Journée Loisirs (formulaire cf.site web)	<input type="checkbox"/>

MONTANT TOTAL A REGLER €

PAR CHEQUE à l'ordre de ASL-CHUG

(2 chèques max.)

N° de chèque(s) : _____



PAR VIREMENT (paiement total)

N°Iban : FR7610278089330002049810138

BIC : CMCIFR2A + Avis d'opération de Virement

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 et notamment des **règles d'assurance (art.3)** ainsi que le règlement des sections 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 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 Attestation du CHUG de départ à la retraite.
- * 1 copie de pièce d'identité pour les enfants à charge 18-25 ans
- * Pour les virements : joindre l'Avis d'opération de virement



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.