



Fiche Informations Fitness et Wellness 2025/2026

Permanences

- Inscriptions au bureau de l'OCC, au 2^{ème} étage de l'espace Remy Roure :
 - Du 1 au 5 septembre de 10h à 12h et de 15h à 18h30
 - Du 8 au 12 septembre de 15h à 18h30
- Au forum des associations :
 - Le 6 septembre de 14h à 18h

Le dossier

Votre inscription ne sera validée que lorsque le dossier complet aura été fourni au club :

- Une photo d'identité
- Le formulaire d'inscription dûment complété et signé
- Le paiement de la cotisation, de l'adhésion et de l'assurance. Si vous souhaitez régler en plusieurs fois, vous pouvez faire jusqu'à 3 chèques qui seront encaissés sur plusieurs mois.
- L'attestation de santé :
 - Se référer à la **Fiche Pratique Le Certificat Médical**
- Au moins une adresse mail valide

Informations générales

- Reprise des cours la semaine du **8 septembre 2025**.
- Dernier jour de cours le vendredi **12 juin 2026**
- Vous avez la possibilité d'effectuer 2 cours d'essai gratuits. Veuillez cependant noter que la capacité des cours n'est pas illimitée et que la priorité sera donnée à ceux qui déposeront leur dossier d'inscription complet en premier.
- Au-delà du 15 octobre 2025, aucun remboursement ne sera effectué.
- Si un cours compte moins de 12 inscrits, le club se réserve le droit d'arrêter le cours pour le reste de la saison.
- Courriel de la section : fitandwell@ocg-asso.fr

Les activités

Activités	Animateur	Horaire	Durée	Nb de séances	Cotisation	Salle
Aérodance	Gaétan	Mercredi - 18h30	1h	32	140€	Salle Multi-Activités
Fit'Gym	Emmanuelle	Vendredi - 8h45	1h	32	140€	Dojo
Hatha Yoga	Emmanuelle	Jeudi - 18h30	1h	32	140€	Salle Margot Fonteyn
Step Dance	Gaétan	Mercredi - 19h30	1h	32	140€	Salle Multi-Activités
Stretching	Emmanuelle	Mercredi - 18h30	1h	32	140€	Salle Margot Fonteyn
Pilâtes	Emmanuelle	Mercredi - 9h00	1h	32	140€	Salle Roland Petit
Pilâtes	Emmanuelle	Mercredi - 10h00	1h	32	140€	Salle Roland Petit
Pilâtes	Emmanuelle	Mercredi - 19h30	1h	32	140€	Salle Margot Fonteyn
Pilâtes	Emmanuelle	Vendredi - 10h00	1h	32	140€	Salle Roland Petit
Yoga Interculture	Marion	Lundi - 15h00	1h30	30	160€	Salle de relaxation

Pour remplir le Formulaire d'inscription, renseigner le nom de l'activité suivi de l'horaire s'il y a plusieurs options disponibles.
Par exemple : Pilâtes / Mercredi - 10h00

Si vous souscrivez à plusieurs activités de la section Gym Forme Détente, le montant de la cotisation à partir de la deuxième activité est de **60€**.

Lieux :

- **Espace Remy Roure** : salle de relaxation, salle Roland Petit, salle Margot Fonteyn
- **Centre Omnisports** : Dojo, Salle Multi-activités

Spécificités du Yoga Interculturel

Le Yoga interculturel encadré par Marion PINEDE ne comprend que 30 séances dans la saison, contrairement aux autres activités qui se font sur 32 séances, sous réserve que les séances ne tombent pas sur un jour férié ou un jour de fermeture des installations municipales.

Nous vous informerons au plus tôt des deux semaines de la saison où il n'y aura pas cours de Yoga Interculturel.