

FICHE DE RENSEIGNEMENTS

COURS PLEIN AIR

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone :

Email :@.....

Session été 2026 – 8 semaines

Les mercredis matins (prix taxes incluses):

CHOIX	DATES	COURS	PRIX
1	17 juin, 1,8,15,22,29 juillet, 5,12 août	Zumba Gold 10h00 à 11h00 (8 cours)	120
2	17 juin, 8, 22 Juillet, 5 août	Yoga doux au sol 11h00-12h00 (4 cours)	60
3	1, 15, 29 juillet, 12 août	Yoga chaise 11h00-12h00 (4 cours)	60
4	17 juin, 1,8,15,22,29 juillet, 5,12 août	A LA CARTE	20
5	17 juin, 1,8,15,22,29 juillet, 5,12 août	4 cours à la Carte aux choix	60

VOS CHOIX DE COURS : _____

Signature : _____ Date : _____

Paiement par virement interac au : limino.lemieux@gmail.com

Pour tous les cours, apportez votre bouteille d'eau, une casquette, vos lunettes de soleil et crème solaire. Pour les cours de yoga, vous devez apporter votre tapis de yoga et blocs (yoga doux) et/ou votre chaise (yoga chaise).

Il est toujours préférable de consulter votre médecin avant de commencer un nouveau programme d'exercice physique. Je suis qualifiée et certifiée pour vous guider dans votre pratique sportive mais assurez-vous de toujours bien suivre mes instructions. En tant que participant(e), vous demeurez entièrement responsable de votre pratique, de votre sécurité et de votre bien-être. La responsabilité de faire ou non un mouvement ou un exercice, de le garder ou d'en sortir vous revient. En signant ce formulaire, vous me dégagez, de toute responsabilité. Votre inscription est non remboursable et/ou non transférable.

Les cours ont lieu sur **le quai de la traverse (190, rue des Angés, Oka)** beau temps mauvais temps. En cas d'annulation des dates vous serez proposée ou le cours sera remboursée. Faites partie du groupe facebook **PARTY AQUA ZUMBA & GOLD** pour être informée de tout changement à l'horaire.

JE VOUS ATTENDS AVEC UN SOURIRE !