

## BULLETIN D'ADHESION 2024/2025

Nom ..... Prénom .....

Date de naissance..... Lieu de naissance.....

Adresse.....

Téléphone..... Email.....@.....

Activité(s) pratiqué(e) au sein de l'association :

MARCHE NORDIQUE  GYM D'ENTRETIEN  Autre.....

Tarifs :

Cotisation annuelle (Inclus : Adhésion à l'association AMBRE + licence Fédération Française

Sport pour tous + assurance) : Adulte : 48€ Enfant (- de 16 ans) : 35€

Activités :

Marche nordique / Gym d'entretien : Carnets 10 séances : 45 €

Ci-joint, un chèque de .....€ émis à l'ordre de l'association AMBRE en règlement de la cotisation + activité(s) choisis(s)

- Droit à l'image :

J'autorise  Je n'autorise pas

Fait à ..... le.....

Signature

## Saison 2024/2025

### Activités hebdomadaires

- **MARCHE NORDIQUE**

**Lundi / Mardi matin** (douce) Secteur Château- Thierry (Nadine ou Francis)

**Mercredi matin** : (Rapide) : Secteur Château- Thierry (Laurent)

**Jeudi matin** : (Modéré-Sport santé) : Secteur Château Thierry (Laurent)

**Samеди matin** : (Rapide) : Secteur Château Thierry (Laurent)

(Modéré – Sport santé) : Secteur Château Thierry (Sonia)

(Modéré) : Coulommiers (Sylvie)

**Dimanche matin** : (Sportif) : Secteur Ferté s/s Jouarre (Pierre-André)

- **GYM D'ENTRETIEN** (Sonia)

**Lundi** (Sport santé) : 14h30/15h30 – Montmirail

**Vendredi** (Sport santé) : 13h/14h - Montmirail

### Autres activités

- **INITIATION AU MASSAGE ASSIS FAMILIAL**

Apprendre une technique accessible à tous de détente du corps à partager en famille ou entre amis. Dates : nous contacter

- **Autres activités** ; Dates : nous contacter

Sur une ou plusieurs journées (ski de fond, longe-cotes, circuit pédestre...)

Sur une journée ou une demi-journée Atelier Bien-être (shitsu, yoga,...)

### Pour vous informer :

Infos générales : Pierre André Avignon - 06.84.65.87.45

Sport Santé : Sonia Batog - 06.04.13.86.18

Site : [www.association-ambre.fr](http://www.association-ambre.fr) / Email : [asso.ambre@gmail.com](mailto:asso.ambre@gmail.com)

AMBRE- Association Marcher vers le Bien-être (Loi 1901)

Siège social : Maison des associations – 03 AV Wilson – 02400 Château Thierry

Antenne administrative : 16 route château renard – 77510 Villeneuve sur Bellot