

**BULLETIN D'ADHESION 2024/2025**

Nom ..... Prénom .....

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

Adresse.....

.....

Téléphone..... Email.....

**Activité(s) pratiquée(s) 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) choisie(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)**Samedi matin** : (Rapide) : Secteur Château Thierry (Laurent)

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

(Modéré): Coulommiers (Marylène), Technique(Didier)

**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 (shiatsu, 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