

COTISATION ANNUELLE

TARIFS : Adhésion + licence FFRS + assurance
Réduction au **conjoint** (5€) / cartes PASS (35€)

- **Gym : 115 €**
- **Rando : 115 €**
- **Balade/Marche Tonique/Danse : 80 €** (gratuit pour les adhérents aux autres activités)
- **Séjour randos : 80 €** (pour les non-adhérents)

Tarifs dégressifs pour 2 activités

- **Gym + Rando : 155 €**

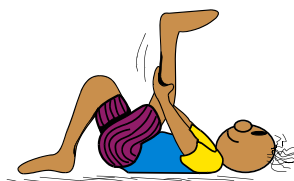
Dossier d'inscription :

- Fiche d'inscription
- Certificat médical (**obligatoire à l'inscription**), ou questionnaire
- 1 photo d'identité (pour les nouveaux adhérents)
- 3 enveloppes timbrées à votre adresse **ou** courriel + 1 enveloppe
- Règlement (Possibilité de régler en 3 fois)

Fait le 30/06/2022

INTERGENER'ACTION

« **LE** » club sportif des séniors dynamiques !!



Dans une ambiance conviviale,
venez pratiquer des

Activités physiques et de loisirs

encadrées par des éducateurs
diplômés d'Etat ou fédéraux



Un essai gratuit sans engagement



Permanences les 3 premiers vendredi
du mois de 9h à 12h au Stade G.Mistral (des
cités), Rue Pierre Semard 13200 Arles

Tél. : 04.90.18.59.61

Site web: <http://www.interg.e-monsite.com>

e-mail : interg@hotmail.fr

Adresse postale: Intergénération
Maison des Associations
3, Boulevard des Lices - 13200 ARLES

GYMNASTIQUE

SALLE DU STADE DES CITES

MARDI de 16H30 à 17H30 (gym douce)
JEUDI de 16H30 à 17H30 (gym d'entretien)

SALLE DE BARRIOL

MARDI de 10H30 à 11H30 (gym d'entretien)
JEUDI de 10H30 à 11H30 (gym douce)

DANSES DU MONDE

Vendredi de 10H30 à 11H30
Salle de Barriol

RANDONNEES PEDESTRES

4 à 6 randonnées mensuelles en semaine,
en journée ou $\frac{1}{2}$ journée - lundi et vendredi

BALADES

3 à 4 sorties mensuelles le lundi.

MARCHE TONIQUE

3 séances mensuelles le lundi matin.

**Ces sorties sont détaillées dans un
programme trimestriel.**

SEJOURS PLEINE NATURE

3 séjours basés sur des activités
sportives et de loisirs
(Randonnées, raquettes)
Janvier, mai et juin