



# ASSOCIATION ARC GYM



## Fédération Française de la Retraite Sportive

Contacts : Présidente : Brigitte Grandpoirier : 06 35 18 26 14

Vice - Présidente : Sylvie Fontaine : 06 67 64 07 39

Secrétaire : Mado Fernandez : 06 03 40 11 52 / Trésorière : Thérèse Chesneau : 06 31 95 51 98

Mail : [club.arcgym@gmail.com](mailto:club.arcgym@gmail.com)

Site internet : [www.seniors-arc-gym.fr](http://www.seniors-arc-gym.fr)

Siège social : 15 Rue Marcel Audibert

## Bulletin d'Adhésion

Saison 2025 / 2026

Adhérent : 60€ / Animateur(trice) : 40€ / Carte découverte : 20€ (3 mois)

Assurance Complémentaire (facultative) : 6€ / Passerelle 20€

Le prix comprend : l'assurance accident corporel et responsabilité civile (26€), Corers Paca (2€), Coders 83 (9€)

CB : ..... Chèque N° ..... Banque ..... Espèces .....

- J'ai pris connaissance des statuts et du règlement intérieur et des éventuelles chartes spécifiques aux activités, disponibles sur le site de l'association, et m'engage à m'y conformer.
- J'accepte que mes données personnelles soient traitées pour la gestion administrative et statistiques du club Arc Gym, de la Fédération et du Coders et que les photos de moi-même prises dans le cadre des activités soient utilisées sur les documents et site Arc Gym.
- Le certificat médical n'étant plus obligatoire je décharge le club Arc-Gym de toute responsabilité quant à la survenue d'un accident lié à mon état de santé
- Je souhaite souscrire à la garantie Option « MSC.I. A Plus » qui se substituera en cas d'accident corporel à la garantie de base de la licence. J'intègre la cotisation complémentaire de 6€ pour la saison 2025/2026 au règlement de ma licence
- Je ne souhaite pas souscrire la garantie Option « MSC.I. A Plus »

Fait aux Arcs le :

Signature + mention « lu et approuvé »

**Au regard de certaines jauges, s'il vous plait ne vous inscrivez pas à une activité si vous n'êtes pas sûr d'y participer régulièrement.**

LICENCE N° :

Nom : ..... Prénom : ..... Date de Naissance : .....

Adresse :

Téléphone portable : ..... Téléphone domicile : .....

Courriel : @



# SAISON 2025 / 2026



ACTIVITÉS	JOURS & HORAIRES	LIEUX	RESPONSABLE	COCHEZ
Activ' Mémoire	Jeudi 9h00 / 10h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier 06 35 18 26 14	
Atelier Créatifs	Mardi 14h00 /17h00	Salle Hugony	Mado Fernandez 06 03 40 11 52	
Atelier Théâtre	Mardi 14h00 /17h00	Château Morard	Patrick Maurel 06 10 43 59 19	
Danse en Ligne	Mardi 10h00 / 12h00	Salle Hugony	Nicole Paquelier 06 15 08 72 54	
	Vendredi 10h00 / 12h00	Salle Hugony	Nicole Paquelier	
Danse Tonique	Lundi 15h00 / 16h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier	
Fitness	Lundi 14h00 / 15h00	Salle Hugony	Michelle Gulbert 07 69 14 23 72	
Gym SMS	Mardi 14h00 / 15h00	Salle Hugony	Martine Porre 06 81 70 84 19	
Gym	Mardi 8h00 / 9h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier	
	Mardi 9h00 / 10h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier	
	Mardi 11h00 / 12h00	DOJO	Brigitte Grandpoirier	
	Vendredi 8h00 / 9h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier	
	Vendredi 9h00 / 10h00	Salle Hugony	Brigitte Grandpoirier	
	Vendredi 9h30 / 10h30	DOJO	Brigitte Grandpoirier	
Gym Tonique	Lundi 16h00 / 17h00	Salle Hugony	René Mouchon 06 21 32 84 39	
Pilate	Mardi tous les 15 jours 9h00 / 10h00	Salle Hugony	Nicole Pain 06 13 69 43 62	
Pétanque	Mardi & Vendredi 14h00 / 17h00	Boulodrome des Arcs	Dom. Grandpoirier 06 41 38 88 32	
Rando	Jeudi 9h00 ou 13h30 Journée ou demi-Journée	RDV : Parking Mac-Do des Arcs	Annette Valentin 06 18 55 02 97	
Rando Nature	Samedi 10h00 / 12h00	RDV : Fontaine de la Mairie des Arcs	Martine Porre 06 81 70 84 19	
Swing Golf	Lundi 10h00 / 12h00	Stade de Taradeau	Michel Bérenguier 06 58 35 65 09	
Tennis Rebond	Jeudi 10h00 / 12h00	Cours de Tennis des Arcs	Régine Trucy 07 81 25 28 72	
Tir à l'Arc (Avec participation de 10€ pour le matériel)	Lundi / Mercredi - 8h00 / 12h00	Salle Hugony	Natacha Perret-Blanc 06 51 00 89 09	
Vélo	Lundi & Vendredi Hiver 13h30 / Été 8h00	Départ : Mairie des Arcs ou Réal	Jean Paul Reville 06 38 49 11 15	



# SAISON 2025 / 2026



## Septembre / Octobre / Novembre / Décembre

ACTIVITÉS	JOURS & HORAIRES	LIEUX	
Activ' Mémoire	Jeudi 9h00 / 10h00	Château Morard	
Atelier Créatifs	Mardi 14h00 /17h00 Alternance des ateliers	Château Morard	
Atelier Théâtre	Mardi 09h00 /12h00	Château Morard	
Danse en Ligne	Mardi 10h00 / 12h00	Gymnase Colette	
	Vendredi 10h00 / 12h00	Gymnase Colette / Château Morard	
Fitness / Chaises	Lundi 09h00 / 11h00	Château Morard	
Gym SMS	Mercredi 10h00 / 11h00	Château Morard	
Gym	Mardi et Jeudi 8h00 / 9h00	Gymnase Colette	
	Mardi 9h00 / 10h00	Gymnase Colette	
	Mardi 11h00 / 12h00	DOJO	
	Vendredi 9h00 / 10h00	Gymnase Colette	
	Vendredi 10h00 / 11h00	Gymnase Colette	
	Vendredi 9h00 / 10h00	DOJO	
Gym Tonique	Lundi 11h00 / 12h00	Château Morard	
Pilate	Mardi tous les 15 jours 9h00 / 10h00	Gymnase Colette	
Pétanque	Mardi & Vendredi 14h00 / 17h00	Boulodrome des Arcs	
Rando	Mercredi /Jeudi 9h00 ou 13h30 Journée ou demi-Journée	RDV : Parking Mac-Do des Arcs	
Rando Nature	Samedi 10h00 / 12h00	RDV : Fontaine de la Mairie des Arcs	
Swing Golf	Lundi 10h00 / 12h00	Stade de Taradeau	
Tennis Rebond	Jeudi 10h00 / 12h00	Cours de Tennis des Arcs	
Tir à l'Arc	Lundi / Jeudi - 8h00 / 12h00	Stade de Foot des Arcs	
Vélo	Lundi & Vendredi Hiver 13h30 / Été 8h00	Départ : Mairie des Arcs ou Réal	