



BULLETIN D'ADHESION 2025-2026

Nom : Prénom : Date naissance : / /

Adresse :

CP | | | | Ville :

Mail :@..... Tél | | | | |

COURS (à cocher)

Circuit training	Mercredi 20h-21h	
CIRCL Mobility	Mercredi 19h30-20h30	
Fitness	Mardi 18h15-19h15	
	Mardi 19h20-20h20	
Gym Soft Zumba	Vendredi 10h45-11h45	
HITT	Mercredi 19h-20h	
	Vendredi 12h15-13h15	

Musculation Libre	Sur horaires HTF	
Musculation encadrée	Mardi 10h-11h	
	Mercredi 18h-19h	
	Jeudi 18h25-19h25	
	Jeudi 19h30-20h30	

Pilates	Mardi 19h30-20h30	
	Jeudi 19h-20h	

Sport Santé * sous réserve d'effectif suffisant	Lundi 18h-19h	
	Lundi 19h-20h	
	Mercredi 9h30-10h30	
	Mercredi 10h45-11h45	
	Vendredi 9h30-10h30	
	Vendredi 10h45-11h45	

si retour Pam cours du mercredi basculé au jeudi

STRONG	Jeudi 20h-21h	
Zumba	Mercredi 18h30-19h30	
Zumbini * sous réserve d'effectif suffisant	Mercredi 16h45-17h45 *	

Tarifs (Cocher la ligne correspondante)

Nombre de cours	Tarifs + 18 ANS Cocher la case correspondante		Tarifs Lycéens Etudiants Cocher la case correspondante		Tarifs Zumbini Cocher la case correspondante	
Créneau libre muscu	115		105		110	
1 cours	163		148			
2 (-20 %)	254		230			
3 (-25 %)	354		320			
4 (-30 %)	438		396			
5 (-35 %)	507		458			

1 sport santé	210	
2 sport santé (-20 %)	330	
1 sport santé + 1 cours classique (-20 %)	292	

PARRAINAGE -5€/parrainage (uniquement pour les anciens adhérents)

Nom du parrain		Indiquer NOM et Prénom du filleul	
Filleul 1		Filleul 4	
Filleul 2		Filleul 5	
Filleul 3		Filleul 6	

www.happyteamfit.fr – mail : esperance.fitnessmuscu@gmail.com – 02.99.41.23.25

Remise du bulletin d'adhésion, du règlement et de la décharge de certificat médical téléchargeable sur le site internet à :
Fédération Esperance – Complexe sportif Remi Berranger 12 rue de la croix aux potiers-Chartres de Bretagne