



## BULLETIN D'ADHESION 2025-2026

Nom : ..... Prénom : ..... Date naissance : .... / .... / .....

Adresse : .....

CP | \_ | \_ | \_ | \_ | \_ | Ville : .....

Mail : .....@..... Tél | \_ | \_ | \_ | \_ | \_ |

### COURS (à cocher)

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

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

<b>Pilates</b>	Mardi 20h-21h	
	Jeudi 18h45-19h45	

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

si retour Pam cours du mercredi basculé au jeudi

<b>STRONG</b>	Jeudi 19h45-20h45	
<b>Zumba</b>	Mercredi 18h30-19h30	
<b>Zumbini</b> * 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		<b>110</b>	
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)

<b>Nom du parrain</b>						
<b>Indiquer NOM et Prénom du filleul</b>						
Filleul 1			Filleul 4			
Filleul 2			Filleul 5			
Filleul 3			Filleul 6			

[www.happyteamfit.fr](http://www.happyteamfit.fr) – mail : [esperance.fitnessmuscu@gmail.com](mailto: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