

Avec l'adhésion :
Cours en illimité, tous les
jours, toute l'année (hors
vacances scolaires).
Vestiaires et douches à
disposition.



PLANNING 2025 – 2026 – GYM CLUB GENAY

(Reprise dès le 08 septembre 2025)

	PLANNING			
LUNDI	12h15-13h15	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	90
	17h00-17h55	Fitness renforcement musculaire	Laurence	G. Brassens
	18h05-18h55	Etirements	Laurence	G. Brassens
	18h00-18h50	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	125
	19h05-20h00	Etirements	Laurence	G. Brassens
	19h00-19h50	Cardio danse	Vanessa	125
	20h00-21h00	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	125
MARDI	9h00-9h50	Fitness Pilates	Gaël	125
	9h00-9h50	Fitness renforcement musculaire	Xavier	90
	10h00-11h00	Fitness renforcement musculaire	Gaël	90
	10h00-11h15	Qi Gong	Xavier	125
	11h00-12h00	Etirements	Maya	90
	12h15-13h15	Fitness renforcement musculaire	Maya	90
	18h30-19h30	Fitness renforcement musculaire	Sophie	90
	19h30-20h00	Etirements	Sophie	90
MERCREDI	18h30-19h25	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	G. Brassens
	17h30-18h45	Yoga – Méthode de Gasquet	Xavier	Burlet haut
	18h45-20h00	Yoga – Méthode de Gasquet	Xavier	Burlet haut
	19h35-20h30	LIA	Vanessa	G. Brassens
JEUDI	9h00-9h50	Body Equilibre	Xavier	125
	9h00-9h50	Equilibre et mémoire	Magdalena	90
	10h00-10h55	Pilates (tous niveaux)	Magdalena	90
	10h00-10h50	Stretching relaxation	Xavier	125
	11h05-12h00	Fitness renforcement musculaire	Céline	90
	12h15-13h15	Fitness renforcement musculaire	Céline	90
	18h00-18h50	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	G. Brassens
	19h00-20h00	Fitness / Pilates	Vanessa	G. Brassens
VENDREDI	9h30-11h00	Gym Oxygène (Marche nordique-marche active)	Xavier	Extérieur
	12h15-13h15	Fitness renforcement musculaire	Vanessa	90

Les cours ont lieu dans le Hall des sports de Genay pour les salles 125m2 et 90 m2 et au-dessus de l'école Jacques-Yves Cousteau pour la salle Georges Brassens. Pour le yoga, la salle Burlet se trouve Place de Verdun au 1er étage, face à la halle marchande, à côté du café du Parc.

<https://www.gymclubgenay.com/> - gymvolontairegenay@gmail.com

GV Ganathaine, 64 Maison des associations, Rue des Ecoles, 69730 GENAY

FORUM DES ASSOCIATIONS LE 07 SEPTEMBRE 2025
ESPACE HENRI VICARD – DE 9H A 13H



Date Inscription :

N° Inscription :

NOM :

PRENOM :

Date de naissance :

NOM DE JEUNE FILLE :

ADRESSE :

n°

Rue :

Code Postal

Ville :

TELEPHONE :

Fixe :

Portable :

Adresse e-mail :

Cotisations	Résidents Genay	Résidents autres communes	Marche nordique seulement
Adhésion	23 €	50 €	15 €
Licence	35 €	35 €	35 €
Participation	125 €	125 €	100 €
Forfait saison	183 €	210 €	150 €
Marche nordique	10 €	10 €	
Forfait saison +marche nordique	193€	220€	150 €

Réductions :

- Si inscription de plusieurs personnes pour une même famille : réduction de 5€ par personne pour une inscription sur la saison complète (sauf marche nordique)
- Enfants de moins de 18 ans : réduction de 5 € en plus des 5 € si un parent s'inscrit en même temps (pour une inscription sur la saison complète).

Règlements :

- Espèces
- Chèque à l'ordre de « GV Genay » (encaissement fin septembre 2025) ou si 3 chèques (encaissement en septembre, octobre et novembre 2025)
- Virement en une fois (RIB : IBAN : FR76 1780 6007 3788 0013 5400 072 – BIC : AGRIFRPP878))

Aucune inscription ne pourra être confirmée sans les règlements.

Aucune cotisation ne sera remboursée en cours de saison (sauf certificat médical). (Voir règlement intérieur disponible sur demande et sur notre site).

Certificat médical :

Les adhérents doivent remplir le questionnaire de santé qui leur a été remis :

Avez-vous répondu NON à toutes les questions ? Oui ☐ Non ☐

Si vous avez répondu OUI à au minimum une question, vous devez fournir un certificat médical avant le 31 octobre 2025.

CSE / CE :

Souhaitez-vous une attestation pour votre CSE / CE ? (Les attestations ne seront émises qu'à l'encaissement complet des règlements –Elles vous seront envoyées par mail, sinon joindre une enveloppe timbrée libellée à votre adresse)

☐ Oui

☐ Non

Droit à l'image :

J'autorise le Gym Club Genay à utiliser mon image pour sa communication (site internet, bulletin des associations, flyers..).

☐ Oui

☐ Non

Je soussigné (e) M/Mmecertifie, sur l'honneur, exactes les informations figurant sur ce document, le / / 2025

Les informations relatives à vos données personnelles sont conservées à titre confidentiel. Elles sont utilisées à des fins de gestion interne uniquement dans le cadre des activités du GYM CLUB GENAY. Conformément au Règlement sur la Protection des Données (RGPD), il vous est possible de bénéficier d'un droit d'accès pour les modifier ou les supprimer en contactant notre structure par mail à gymvolontairegenay@gmail.com.

Questionnaire de santé EPGV

pour le sportif majeur

ANNEXE 1 - questionnaire de santé – Majeurs

Volet à conserver par le licencié

L'exercice physique pratiqué d'une façon régulière constitue une occupation de loisir saine et agréable. Beaucoup de personnes devraient augmenter leur niveau d'activité physique au quotidien, et ce tous les jours de la semaine. Mener une vie active est bénéfique pour la santé de tous.

Ce questionnaire vous dira s'il est nécessaire pour vous de consulter un médecin afin d'établir l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives.

S'il vous plaît, répondez soigneusement et honnêtement à ces 6 questions : cochez Oui ou Non	OUI	NON
1) Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque, d'une d'hypertension artérielle, d'une affection de longue durée (ALD) ou d'une autre maladie chronique	☐	☐
2) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
3) Ressentez-vous une douleur à la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel au repos, une fatigue intense au cours de vos activités quotidiennes ou lorsque vous faites de l'activité physique ?	☐	☐
4) Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liés à des étourdissement ou avez-vous perdu connaissance au cours des 12 derniers mois ?	☐	☐
5) Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ?	☐	☐
6) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	☐	☐

NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié

• Si vous avez répondu NON à toutes les questions ci-dessus, merci de remplir et signer l'attestation sur l'honneur ci jointe et la remettre à votre club.

• Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs des questions ci-dessus, votre état de santé nécessite un avis médical avant de commencer ou poursuivre une activité physique. Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous examine et vous délivre un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport. Certificat à remettre à votre club. Le certificat médical doit dater de moins de 6 mois.

Volet à remettre à l'association

ATTESTATION EN VUE DE L'OBTENTION OU DU RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE À LA FFEPGV

Je soussigné M/Mme :, né(e) le..... atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir répondu par la négative à l'ensemble des questions du questionnaire de santé.

Saison: 20/..20.....(A compléter), Club

EPGV.....(Nom du club à compléter)

A, le/...../.....

Signature

www.ffepgv.fr



Charte du Licencié

GYM CLUB GENAY

1. Je respecte **les valeurs de l'association**, basées sur la convivialité et le respect des autres, (animatrices et animateurs, membres du bureau, adhérents), du matériel, des locaux.
2. **Je suis à jour de ma cotisation** pour la saison sportive en cours.
3. Je m'engage à me **pointer sur les fiches de présence** à chaque cours (et si je fais plusieurs cours à la suite aussi...)
4. Dans la mesure du possible, je respecte les horaires des cours.
5. Je respecte le matériel en le rangeant **correctement** à sa place à la fin des cours. Le matériel est la propriété du club, il est interdit de l'emmener chez soi !
6. Par respect pour l'animatrice ou l'animateur et les autres adhérents, j'évite les bavardages.
7. Je m'équipe correctement : une serviette sur les tapis, une tenue de sport adaptée, des chaussures propres uniquement pour l'intérieur, **OBLIGATOIRES**. **Vous ne devez pas utiliser les chaussures avec lesquelles vous venez ou avec lesquelles vous repartez !**
8. J'accepte de découvrir du nouveau matériel ou des séances différentes de celles proposées sur le planning ou lors des cours précédents.
9. Je réserve le meilleur accueil à toute nouvelle animatrice ou nouvel animateur, ainsi qu'aux éventuels remplaçants.
10. **J'assiste à l'assemblée générale** annuelle afin de connaître le fonctionnement de mon association.
11. Membre d'une association dirigée uniquement par des **BENEVOLES**, je respecte leur travail, et je propose mon aide à chaque fois que possible.

Les informations relatives à vos données personnelles sont conservées à titre confidentiel. Elles sont utilisées à des fins de gestion interne uniquement dans le cadre des activités du GYM CLUB GENAY. Conformément au Règlement sur la Protection des Données (RGPD), il vous est possible de bénéficier d'un droit d'accès pour les modifier ou les supprimer en contactant notre structure par mail à gymvolontairegenay@gmail.com.