

# ACTIV' FORM' ET NATURE à PLEYBEN

## PROGRAMME 2023-2024 (périodes scolaires)

### Reprise des activités la semaine du 4 septembre 2023

#### Ouverture des inscriptions\* :

- le vendredi 1er septembre 2023, de 18h à 19h, à la salle du patrimoine (sous le porche à gauche de la mairie de Pleyben)
- au forum des associations de Pleyben le samedi 2 septembre 2023, de 9h à 13h
- via le formulaire téléchargeable sur le site [activformetnature.com](http://activformetnature.com) et à remettre complété avec le règlement au début d'une séance.

Des séances découvertes sont possibles **uniquement du 4 au 14 septembre**, il sera demandé de compléter au début de la séance **une décharge de responsabilité\*\***.

La Fédération Française Sports pour Tous a décidé de mettre fin à l'obligation de fournir un certificat médical depuis la rentrée 2022, et ce, afin de faciliter l'accès à la pratique sportive. Il est cependant primordial que la sécurité soit assurée pour tous nos pratiquants.

Si nos animateurs diplômés ont les compétences pour assurer la sécurité des pratiques, nous recommandons néanmoins à nos adhérents de prendre l'avis de leur médecin traitant ou de s'assurer via le questionnaire de santé \*\* qu'il n'y a pas d'obstacle à la pratique de l'activité choisie.

\* Clôture des inscriptions le 31/10/2023

\*\* Imprimé à télécharger sur le site [activformetnature.com](http://activformetnature.com)

Jours	Salles	Animateurs	Activités	Horaires
LUNDI	Ecole Maternelle Per Jakes Hélias	Frédéric PY	Gym Douce	17h45 à 18h45
			Gym Tonique	19h00 à 20h00
JEUDI	Ecole Maternelle Per Jakes Hélias	Frédéric GUILLEMETTE	Gym Douce	17h45 à 18h45
			Gym Tonique	19h00 à 20h00
JEUDI	Terrain des Sports	Mathilde BALLEREAU	Yogalates	17h45 à 18h45
			Yogalates	19h00 à 20h00

TARIFS :	Prix
Licence Fédération Sports pour Tous Obligatoire	34 €
Activités Gym douce ou Gym tonique ou Yogalates	90 €
Remise si inscription à Deux activités	-20 €
Remise si inscription à Trois activités	-60 €