

MERCI DE LIRE CETTE NOTICE TRÈS ATTENTIVEMENT (Temps de lecture estimé à 5mn)

Voici quelques informations pour vous accompagner dans la découverte des documents téléchargeables sur le site du club : www.gvaixlesbains.fr et faciliter vos démarches pour vous (ré)inscrire.

La reprise des cours est fixée au **lundi 11 septembre 2023** et la saison s'achèvera le **samedi 22 juin 2024 soit 33 semaines de cours** (Aucun cours ne sera dispensé durant les vacances scolaires y compris le Pont de l'Ascension et les jours fériés).

Quelle offre sportive pour la saison 2023-2024 ?

- Au Planning Général : **37 heures de cours** (contre 34h en 2022-2023) assurées du lundi au samedi.
- Au planning des Activités Complémentaires : **23 séances** (contre 19 séances en 2022-2023).
- 11 animateurs sportifs qualifiés et formés
- 5 lieux de pratique

Des séances d'essai pour participer aux cours du planning général seront possibles durant le mois de septembre (sans inscription préalable). **Une séance d'essai** sera également proposée pour les nouvelles activités complémentaires (Fitness en Famille, Stretching tridimensionnel, Activité Physique Adaptée & Sophrologie).

Activités Complémentaires : nouveautés 2023-2024.

- **Sophrologie** : avec Nathalie le jeudi de 13h30 à 14h30.
- **Activité Physique Adaptée** : avec Karine le lundi de 14h à 15h. Cette séance s'adresse à un **public désigné**
Pour qui ? Toute personne souhaitant être accompagnée vers la pratique d'activité physique avec un suivi individualisé (après un arrêt prolongé, pour une reprise de pratique régulière, maladies chroniques, inactif).
- **Stretching tridimensionnel (tendance Feldenkrais)** : avec Stéphanie le mardi de 15h30 à 16h30
- **Fitness en Famille (1 adulte et 1 enfant de 5 à 10 ans)** : avec Alison le mercredi de 16h30 à 17h30. Attention : inscription commune pour l'adulte et l'enfant sur fiche spécifique.
- **Marche Active Sportive** (cycle du 14/09/23 au 25/01/24) **et Courir Sport Santé** (cycle du 01/02/24 au 20/06/24) : le jeudi de 18h30 à 20h avec Stéphanie. Pour cette activité déjà proposée (à l'année) en 2022-2023, vous avez cette année **2 possibilités** : une inscription **au semestre** pour l'un ou l'autre des 2 cycles OU une inscription à **l'année** pour enchaîner les 2 cycles (tarifs au semestre et à l'année)
- **Aquafitness/Aquamixte** : pour cette nouvelle saison, afin de répondre favorablement aux nombreuses demandes, inscription à **une seule séance hebdomadaire** (jour et créneau précis) **pour l'année**.
- **Qi-Gong** : une séance d'essai sera proposée par Thibaut de l'Association Hosukwan, **le mardi 12 septembre à 19h30** à la salle Marlioz. Selon le nombre de demandes, les modalités d'inscription à cette activité seront définies ultérieurement avec Hosukwan.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour cette nouvelle saison, les inscriptions se feront en 2 temps à la Salle Marlioz (24 Avenue de Marlioz) à Aix-les-Bains (cf. calendrier des permanences affiché dans les 2 salles et mis en ligne).

- **Pour la Formule 1 (exclusivement)** : à compter du **lundi 28 août de 14h à 18h**
- **Pour les Formules 2 & 3** : seulement à partir du **lundi 4 septembre 9h30**.

Tout dossier dûment complété pourra être déposé dans la boîte aux lettres de la salle Jean Rubaud (6 rue Vaugelas à Aix) selon le même calendrier énoncé ci-dessus. À compter du 11/09 (reprise des cours), une boîte sera également à votre disposition à la salle Marlioz pour nous remettre votre dossier d'inscription.

TOUT DOSSIER INCOMPLET (RUBRIQUES ET/OU PIÈCES) NE SERA PAS TRAITÉ.

À propos des activités complémentaires : elles sont limitées en effectif, variable selon les intitulés (cf. fiche d'inscription). En conséquence, les inscriptions en présentiel seront traitées par ordre d'arrivée et pour une équité de traitement, les **dossiers COMPLETS** déposés dans la boîte aux lettres seront recensés chaque soir.

Rappel : conformément au vote lors de l'Assemblée Générale du 10 février 2022, quelle que soit la formule choisie, un forfait de base de 45 € * comprenant 17 € de frais fixes et 28 € de licence adulte est appliqué.

*** Attention** : à compter de cette rentrée, si vous choisissez de régler votre inscription avec des chèques ANCV (chèques vacances, coupons sports) ou des coupons Up'Sport, un minimum de 45 € correspondant au forfait de base sera obligatoirement réglé, à part, par chèque à l'ordre de l'AGV d'Aix-les-Bains.

La souscription de la licence FFEPGV est obligatoire. Elle marque votre appartenance à la Fédération et au Mouvement Sport Santé dont elle défend les valeurs. Indispensable pour la pratique en club, elle comprend **une assurance obligatoire** adaptée aux activités physiques que vous pratiquez. Vous pouvez également souscrire **une assurance complémentaire (I.A. Sport +)** adaptée à votre pratique sportive personnelle en vous rendant directement sur le site de la MAIF (plus d'information sur demande à contact@gvaixlesbains.fr).

La licence de la FFEPGV est adressée directement par mail au licencié. Afin d'éviter toute erreur de saisie au moment de l'enregistrement de vos coordonnées sur le site de la Fédération par un membre du bureau, veuillez à écrire votre adresse mail avec soin (**EN MAJUSCULES**) sur la fiche d'inscription.

Pour la Saison Sportive 2023-2024, nous vous proposons **3 formules d'inscription** :

<p>FORMULE 1 Je m'inscris UNIQUEMENT au planning général</p>	<p>Cette formule vous permet, pour une cotisation unique, d'assister à toutes les séances de votre choix parmi les 37h proposées au Planning Général.</p> <p style="text-align: center;">Tarif Formule 1 : Forfait de base de 45 € + 85 € = 130 €. (soit 4 € la semaine quel que soit le nombre de cours suivis)</p>
<p>FORMULE 2 Je m'inscris UNIQUEMENT à une ou des activité(s) complémentaire(s)</p>	<p>Cette formule vous permet de vous inscrire uniquement à une (ou des) activité(s) complémentaire(s) à raison d'une séance hebdomadaire sur l'année (ou au semestre selon l'activité choisie).</p> <p style="text-align: center;">Tarif Formule 2 : Forfait de base de 45 € + une cotisation variable selon le tarif des activité(s) complémentaire(s) choisie(s).</p> <p><u>Exemple</u> : je souhaite m'inscrire seulement à l'activité Randonnées Pédestres (tous les mardis sur toute l'année). Mon règlement sera de : 45 € (forfait de base) + 65 € (Randonnées pédestres) = 110 €</p>
<p>FORMULE 3 Je m'inscris au planning général ET à une ou des activité(s) complémentaire(s)</p>	<p>Cette formule vous permet d'assister aux séances de votre choix du Planning Général ET à une (ou des) activité(s) complémentaire(s) à raison d'une séance hebdomadaire sur l'année (ou au semestre selon l'activité choisie).</p> <p style="text-align: center;">Tarif Formule 3 : Forfait de base de 45 € + 85 € (inscription au planning général) + une cotisation variable selon le tarif des activité(s) complémentaire(s) choisie(s).</p> <p><u>Exemple</u> : je souhaite m'inscrire au planning général et à l'activité complémentaire Yoga. Mon règlement sera de 45 € (forfait de base) + 85 € (planning général) + 70 € (Yoga) = 200 €</p>

Pour compléter votre dossier d'inscription ...

- **QS-Sport** : si NON à toutes les questions, joindre l'**attestation sur l'honneur (à découper)** dûment complétée et signée. Si OUI à une ou plusieurs questions, joindre un **Certificat Médical** de moins de 6 mois de non contre-indication à la pratique sportive délivré par votre médecin
- **La photo d'identité** (avec nom et prénom inscrits au dos)
- **Enveloppe(s) timbrée(s) avec nom et adresse** : 1 seule suffit pour l'envoi de votre carte d'adhérent(e) si vous optez pour l'envoi de la convocation à l'Assemblée Générale annuelle par mail.
- Cette option est à préciser dans la rubrique « **Mes droits et mes devoirs d'adhérent(e)** » qui doit être **complétée et signée**.

Nous vous attendons nombreuses et nombreux pour cette nouvelle Saison Sportive 2023-2024.

Anne LEFAY Présidente de l'AGV d'Aix-les-Bains et toute son équipe