

ADULTES: GROUPES D'ACTIVITES ET PASS CORRESPONDANTS

GRUPE 1 – ACCESSIBLE A TOUS LES ADHERENTS

- Balade découverte (jeudi)*
Licence UFOLEP obligatoire 18€ en supplément
- Espace Temps Libre
- Les Amis du Montignacois

GRUPE 2

- Atelier Photo Numérique
- Badminton*
- Randonnée*
(o lundi o mardi o jeudi)*
- Reliure

GRUPE 3

- Atelier écriture
- Anglais
(o debutants o intermédiaire o confirmé)
- Espagnol
(o intermédiaire o confirmé)
- Gym douce*
- Gym senior*
(o lundi o jeudi)
- Tir à l'arc*

GRUPE 4

- Aïkido (*Licence FFAAA incluse*)*
- Atelier théâtre
- Boxe anglaise*
- Chorale
- Danse de salon*
- Danse ado adultes*
- Dessin / Aquarelle
- Gym de Gasquet (*une séance*)*
(o lundi 18h o lundi 19h30 o mardi 9h30 o mardi 11h)
- Gym à Sergeac*
- Judo*
Licence FFJDA 41€ en plus
- Pastel
- Peinture à l'huile
- Pilates (*une séance*)
(o mardi o jeudi)
- Qi-Gong
- Salsa*
- Sophrologie
- Troupe théâtre
- Yoga (*une séance*)
(o mardi o mercredi matin o mercredi soir)

***certificat médical obligatoire**

25€ / PASS AMICAL / Accès aux activités du groupe 1

84€ / PASS DECOUVERTE / Accès à toutes les activités des groupe 1 et 2

112€ /PASS LOISIRS / Accès à toutes les activités des groupes 1, 2 et 3

155€ / PASS SOLO / Accès à une seule activité du groupe 4, limité à une séance hebdomadaire, possibilité de faire une 2^{ème} heure avec le Bonus tonic

210€ / PASS TONIC / Accès illimité à toutes les activités des groupes 1, 2, 3 et jusqu'à 2 activités du groupe 4, limité à une séance hebdomadaire chacune, possibilité de faire une 2^{ème} heure avec le Bonus tonic. A partir d'une 3^{ème} activité du groupe 4 optez pour un bonus tonic également

Bonus Tonic : Moyennant l'achat de ce bonus de **50€**, accédez de façon illimitée aux activités de tous les groupes, ou pratiquez une deuxième séance hebdomadaire de votre activité

ADULTES: GROUPES D'ACTIVITES ET PASS CORRESPONDANTS

GRUPE 1 – ACCESSIBLE A TOUS LES ADHERENTS

- Balade découverte (jeudi)*
Licence UFOLEP obligatoire 18€ en supplément
- Espace Temps Libre
- Les Amis du Montignacois

GRUPE 2

- Atelier Photo Numérique
- Badminton*
- Randonnée*
(o lundi o mardi o jeudi)*
- Reliure

GRUPE 3

- Atelier écriture
- Anglais
(o debutants o intermédiaire o confirmé)
- Espagnol
(o intermédiaire o confirmé)
- Gym douce*
- Gym senior*
(o lundi o jeudi)
- Tir à l'arc*

GRUPE 4

- Aïkido (*Licence FFAAA incluse*)*
- Atelier théâtre
- Boxe anglaise*
- Chorale
- Danse de salon*
- Danse ado adultes*
- Dessin / Aquarelle
- Gym de Gasquet (*une séance*)*
(o lundi 18h o lundi 19h30 o mardi 9h30 o mardi 11h)
- Gym à Sergeac*
- Judo*
Licence FFJDA 41€ en plus
- Pastel
- Peinture à l'huile
- Pilates (*une séance*)
(o mardi o jeudi)
- Qi-Gong
- Salsa*
- Sophrologie
- Troupe théâtre
- Yoga (*une séance*)
(o mardi o mercredi matin o mercredi soir)

***certificat médical obligatoire**

25€ / PASS AMICAL / Accès aux activités du groupe 1

84€ / PASS DECOUVERTE / Accès à toutes les activités des groupe 1 et 2

112€ /PASS LOISIRS / Accès à toutes les activités des groupes 1, 2 et 3

155€ / PASS SOLO / Accès à une seule activité du groupe 4, limité à une séance hebdomadaire, possibilité de faire une 2^{ème} heure avec le Bonus tonic

210€ / PASS TONIC / Accès illimité à toutes les activités des groupes 1, 2, 3 et jusqu'à 2 activités du groupe 4, limité à une séance hebdomadaire chacune, possibilité de faire une 2^{ème} heure avec le Bonus tonic. A partir d'une 3^{ème} activité du groupe 4 optez pour un bonus tonic également

Bonus Tonic : Moyennant l'achat de ce bonus de **50€**, accédez de façon illimitée aux activités de tous les groupes, ou pratiquez une deuxième séance hebdomadaire de votre activité

Bulletin d'adhésion adultes -1-

Nom et prénom:

Date de naissance : Sexe : F / M

Adresse :

Tel : Portable :

Adresse mail :

- 25 € PASS AMICAL
 - 84 € PASS DECOUVERTE
 - 112 € PASS LOISIRS
 - 155 € PASS SOLO
 - 210 € PASS TONIC
 - Pass donateur :€
- 50 € Bonus tonic

Licence Ufolep 18 € (Pass amical uniquement)

Licence FFJDA 41 € (Judo: enfants et adultes)

Rappel des activités choisies :

.....
.....
.....

Mes réductions :

Total à régler € Chèque – Espèces – CB – Prélèvement

Chèque à l'ordre de l'Amicale Laïque du Montignacois

[*Certificat médical obligatoire](#)

Les nouveaux adhérents doivent fournir un certificat médical récent. Pour les anciens, il est nécessaire de répondre à un questionnaire et signer la demande de renouvellement de licence.

Le Signature

(Liste activités verso →)

Bulletin d'adhésion adultes -1-

Nom et prénom:

Date de naissance : Sexe : F / M

Adresse :

Tel : Portable :

Adresse mail :

- 25 € PASS AMICAL
 - 84 € PASS DECOUVERTE
 - 112 € PASS LOISIRS
 - 155 € PASS SOLO
 - 210 € PASS TONIC
 - Pass donateur :€
- 50 € Bonus tonic

Licence Ufolep 18 € (Pass amical uniquement)

Licence FFJDA 41 € (Judo: enfants et adultes)

Rappel des activités choisies :

.....
.....
.....

Mes réductions :

Total à régler € Chèque – Espèces – CB – Prélèvement

Chèque à l'ordre de l'Amicale Laïque du Montignacois

[*Certificat médical obligatoire](#)

Les nouveaux adhérents doivent fournir un certificat médical récent. Pour les anciens, il est nécessaire de répondre à un questionnaire et signer la demande de renouvellement de licence.

Le Signature

(Liste activités verso →)