



Association pour le **D**éveloppement des **A**ctivités **P**hysiques à l'**A**ge de la **R**etraite

Secteur de la Combe de Savoie

Maison des Associations, Boîte G2

67, rue Saint-François de Sales

73000 Chambéry

☎ 04 79 33 68 52

E-mail : adapar.cds@wanadoo.fr

Site Internet : <https://www.adapar.fr/>

ACTIVITE AQUABIKE



Bulletin d'inscription Session du 1^{er} Trimestre 2022-2023

Nom	
Prénom	

Téléphone	
email	

Souhaite participer à la session AQUABIKE ou AQUATRaining (*) du 1^{er} trimestre 2022-2023 du **26 Septembre au 16 décembre 2022**.

En cas d'absence, pas de remboursement. Se faire remplacer par un adhérent de l'ADAPAR tout en avertissant la responsable.

JOUR	HORAIRE	TYPE	CHOIX
lundi	11h15-12h00	Aquabike	
mardi	13h45-14h30	Aquabike	
Vendredi *	13h45-14h30	Aquatrainig	

(*) Mix aquagym et aquabike au cours de la séance

indiquez vos choix par ordre de priorité

*Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée dans la limite de **20 places** par session*

Inscription à retourner **au plus tard le 16/09/2022** ou avec le dossier d'adhésion.

- par mail à : adapar.cds@orange.fr
- ou par courrier à :

ADAPAR Combe de Savoie
Maison des Associations
Boîte G2
67 Rue St François de Sales
73000 CHAMBERY

Calendrier T1 2022-2023 – 10 séances. 70 €. Paiement à la 1^{ère} séance. Aquatraining les vendredis : 9 séances soit 63€

Aquabike		Aquabike		Aquatrainig	
Lundi 26 /09/2022 au 12/12/2022		mardi 27/09/2022 au 13/12/2022		Vendredi 30/09/2022 au 16/12/ 20022	
Lundi i 11h15 - 12h00		Mardi 13h45 - 14h30		vendredi 13h45 - 14h30	
Séance 1	lundi 26 septembre	Séance 1	mardi 27 septembre	Séance 1	vendredi 30 septembre
Séance 2	lundi 3 octobre	Séance 2	mardi 4 octobre	Séance 2	vendredi 7 octobre
Séance 3	lundi 10 octobre	Séance 3	mardi 11 octobre	Séance 3	vendredi 14 octobre
Séance 4	lundi 17 octobre	Séance 4	mardi 18 octobre	Séance 4	vendredi 21 octobre
Séance 5	lundi 7 novembre	Séance 5	mardi 8 novembre	Séance 5	vendredi 18 novembre
Séance 6	Lundi 14 novembre	Séance 6	mardi 15 novembre	Séance 6	vendredi 25 novembre
Séance 7	Lundi 21 novembre	Séance 7	mardi 22 novembre	Séance 7	vendredi 2 décembre
Séance 8	lundi 28 novembre	Séance 8	mardi 29 novembre	Séance 8	vendredi 9 décembre
Séance 9	lundi 5 décembre	Séance 9	mardi 6 décembre	Séance 9	vendredi 16 décembre
Séance 10	Lundi 12 décembre	Séance 10	mardi 13 décembre		