



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](mailto:adapar.cds@wanadoo.fr)

Site internet : <https://www.adapar.fr/combe-de-savoie/>

## ACTIVITE PILATES



### Bulletin d'inscription - Année 2022-2023

NOM .....  
Prénom .....  
N° licence .....  
Téléphone .....  
Email .....

Souhaite participer au cycle PILATES **2022-2023**

le lundi à 14h00 à Barberaz (Petite Salle Polyv.)

le mardi à 15h15 à Barby (Salle des 4 Saisons)

le jeudi à 14h 15 à la Maison des Associations

**80 €** pour une séance par semaine à compter du lundi 26 septembre au jeudi 29 juin 2023. **A retourner au secrétariat au plus tard le 16 septembre ou avec le dossier d'adhésion.**

### Calendrier 1<sup>er</sup> Trimestre

Pilates		Pilates		Pilates	
Lundi 26 /09/2022 au 12/12/2022		mardi 27/09/2022 au 13/12/2022		Jeudi 29/09/2022 au 15/12/ 20022	
Lundi i 15h15 - 16h15		Mardi 15h15 - 16h15		jeudi 14h15-15h15	
Séance 1	lundi 26 septembre	Séance 1	mardi 27 septembre	Séance 1	jeudi 29 septembre
Séance 2	lundi 3 oct	Séance 2	mardi 4 octobre	Séance 2	jeudi 6 octobre
Séance 3	lundi 10	Séance 3	mardi 11 octobre	Séance 3	jeudi 13
Séance 4	lundi 17	Séance 4	mardi 18 octobre	Séance 4	jeudi 20
Séance 5	lundi 24 septembre	Séance 5	mardi 8 novembre	Séance 5	jeudi 27
Séance 6	lundi 1 novembre	Séance 6	mardi 15 novembre	Séance 6	jeudi 4 novembre
Séance 7	lundi 21 novembre	Séance 7	mardi 22 novembre	Séance 7	jeudi 11 novembre
Séance 8	lundi 28 novembre	Séance 8	mardi 29 novembre	Séance 8	jeudi 18 novembre
Séance 9	lundi 5 décembre	Séance 9	mardi 6 décembre	Séance 9	jeudi 13 décembre
Séance 10	Lundi 12 décembre	Séance 10	mardi 13 décembre	Séance 10	jeudi 15 décembre