

Planning **prévisionnel** pour la saison 2017 2018  
+ infos inscriptions

### **CONCERNANT LES SEANCES SANTE**

Etant donné que la demande est de plus en plus importante et que nous arrivons à saturation sur certains des créneaux, nous avons doubler certaines séances en mettant des horaires différents, mais nous avons également mis de nouveaux lieux.

Les **nouveautés** sont les suivantes :

- lundi matin Orangerie de 9H00 à 10H15
- mardi matin Holtzheim de 9H45 à 11H00
- mercredi matin Meinau de 9H45 à 11H00
- jeudi matin Citadelle de 9H00 à 10H15
- vendredi matin Orangerie NORDIC FIT CARDIO (mélange de Fitness et marche nordique en musique) 2 possibilités, il faudra choisir l'un ou l'autre soit de 9H00 à 10H00 ou de 10H00 à 11H00

**Attention, les autres séances sont encore là (cf. planning), je ne mentionne ici que les nouveautés.**

### **CONCERNANT LES SEANCES LOISIR**

Certaines séances ne fonctionnaient pas, nous avons dû les enlever pour les remplacer ailleurs ou à un autre créneau horaire et jour.

- **suppression** du créneau du **lundi après-midi de 14H15 à 15H45** au **Portalès**
- **suppression** du créneau **du mercredi matin de 9H15 à 10H45** à la **colline de Mundolsheim**.
- **nouveau créneau** le **lundi matin de 9H30 à 11H00** à **MUNDOLSHEIM**
- **nouveau créneau** le **lundi matin de 9H00 à 10H30** à **l'ORANGERIE**
- **nouveau fonctionnement lundi soir** = de septembre à fin octobre **POURTALES** ; de novembre à mars **ORANGERIE** ; d'avril à juin **POURTALES**; horaires de 18H30 à 20H00. Attention 2 niveaux ! un groupe loisir avec profil "rapide" (allure plus de 7km/h) et un groupe loisir.
- **nouveau créneau mardi soir, spécial NORDIC FIT CARDIO ORANGERIE** (mélange de Fitness et marche nordique en musique) 2 possibilités, il faudra choisir l'un ou l'autre soit de 18H30 à 19H30 ou de 19H30 à 20H30

- **nouveau fonctionnement mercredi soir** = de septembre à fin octobre **ORANGERIE** ; de novembre à mars **CITADELLE** ; d'avril à juin **ORANGERIE**,  
**horaires de 18H30 à 20H00**

- **nouveau fonctionnement samedi matin**, créneau loisir toujours de 10H00 à 11H30 ; créneau **pour les loisirs profil "sportif" de 10H30 à 12H00** (nous avons dû modifier l'horaire car Eric ne peut plus poursuivre pour raison de santé, et le coach que nous avons ne pourra être là qu'à 10H30).

**Les loisirs au profil "sportif/rapide", pourront aller sur les créneaux du lundi matin sortie longue(cf. ci-dessous) ; lundi soir et samedi matin sans surcoût. Les créneaux du mercredi et vendredi sont avec une cotisation plus élevée car c'est le groupe compétition.**

**Attention, les autres séances sont encore là (cf. planning), je ne mentionne ici que les nouveautés et changements.**

### **CONCERNANT LES SEANCES SPORTIVES/COMPETITION**

Les 2 créneaux "compétitions" auront toujours lieux les mercredis et lundis. A cela nous rajoutons 3 créneaux qui sont également accessibles à des loisirs au profil sportif.

- **nouveau créneau** lundi matin de 9H00 à 12H00, spécial endurance, de 15 à 20 kms, rendez-vous **OBERHAUSBERGEN** pour du covoiturage. Créneau accessible au loisir à condition d'avoir une allure de 7km/h.
- **lundi soir** : de septembre à fin octobre **POURTALES** ; de novembre à mars **ORANGERIE** ; d'avril à juin **POURTALES**; horaires de 18H30 à 20H00. Attention 2 niveaux ! un groupe loisir avec profil "rapide" (allure plus de 7km/h) et un groupe loisir
- **samedi matin** : créneau **pour les loisirs profil "sportif" de 10H30 à 12H00** (nous avons dû modifier l'horaire car Eric ne peut plus poursuivre pour raison de santé, et le coach que nous avons ne pourra être là qu'à 10H30).

#### • **NORDIC FIT CARDIO**

Pour ceux qui aimeraient en savoir plus sur nos nouveaux créneaux nordic fit cardio, cliquez sur le lien ci-dessous.

[\*\*VIDEO DEMONSTRATION NORDIC FIT CARDIO\*\*](#)

## DOSSIER D'INSCRIPTION

- FORMULAIRE D'ADHESION

Nous sommes entrain de travailler sur un formulaire spécifique pour s'inscrire en ligne (comme pour les événements pour ceux qui ont déjà fait des sorties le dimanche). **Il sera accessible fin août, nous vous transmettrons le lien.**

**Il n'y aura plus de formulaire papier.**

- PAIEMENT

Nous sommes en train de faire les démarches pour mettre en place un système de paiement en ligne par carte bancaire (il ne sera possible de payer qu'en une seule fois par ce système de paiement)

**Il y aura toujours possibilité de payer par chèque** en 1 ou 3 fois sans frais.

Le tarif pour la prochaine saison sera le même que cette année :

1. SANTE 135€
2. LOISIR 175€
3. SPORTIF 205€

Toujours une réduction couple/famille et MGEN

**Pas de coût supplémentaire pour participer au nordic fit cardio.**

**Les tarifs seront plus cher pour toute inscription après le 15 octobre.**

- CERTIFICAT MEDICAL

**ATTENTION** : certains d'entre vous ont reçu un lien pour télécharger le formulaire santé envoyé par la FFA. **Le club ASN67 a décidé pour la saison prochaine de ne pas tenir compte de cette possibilité.** Aussi, seul le certificat médical émanant du médecin sera demandé comme justificatif lors de votre prochaine inscription.

Le certificat médical pourra être joint soit par informatique soit par la poste.

**En pièce jointe le formulaire du certificat médical pour ceux qui iraient chez le médecin durant l'été.**

- TEE-SHIRT CLUB

**Vous recevrez votre tee-shirt club tant attendu à la rentrée.** Notre nouveau partenaire décathlon a des tee-shirt qui ont des tailles "standards", nous avons donc repris la taille choisi lors de votre inscription pour finaliser notre commande.

- SORTIES CLUB ASN67

La commission événement a déjà planifié la prochaine saison. Vous aurez 1 sortie par mois de programmé. Vous recevrez le planning prochainement que vous puissiez déjà réserver les dates !!