

FICHE INSCRIPTION

Nom : Prénom : Date de naissance : Sexe :

Adresse :

Téléphone : Mail :

Choix Formule :

- Annuelle (1 cours/semaine) Annuelle (2 cours/semaine) Annuelle (3 cours/semaine)
 Carte 10 séances À Domicile

Choix Activité en Cours Collectifs :

- Stretch'yoga Relaxation Renfo sans Dégât !
- Yoga pré-natal-----Date de terme :
- Yoga post-natal Sport santé

Modalité de Paiement :

- 1 fois 2 fois 3 fois

Une adhésion à l'Association de 40 € est demandée en plus de la cotisation aux cours.

Sport & Santé, Ensemble 45

06 19 15 56 10 / 06 64 61 31 51

157, allée de la Grand Cour
45200 Paucourt

FICHE INDIVIDUELLE

Cette fiche est facultative mais dans le souci de mieux vous accompagner, ces renseignements nous aideront à répondre à vos objectifs au plus juste.

Le bilan de forme sert de base de travail pour l'élaboration de votre programme de coaching et de référence pour évaluer vos progrès.

Nom : Prénom :

1) Vos Expériences Sportives :

- Type d'activité (exemple : tennis, marche, vélo...)

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

- Fréquence et intensité (exemple : 2 fois par semaine pendant 5 ans)

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

2) Vos Attentes :

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

3) Antécédents Médicaux :

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