

AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

LA COMMUNE ORGANISE
DES COURS D'ACTIVITE PHYSIQUE ET
DE REMISE EN FORME "GYM AINES"

DU 10 JANVIER AU 11 DECEMBRE 2024

REPRISE APRÈS LA PAUSE D'ÉTÉ : 4 SEPTEMBRE 2024



Les cours auront lieu
tous les mercredis

(sauf vacances scolaires et fériés)

de 12h15 à 13h15 (cours I)

de 13h15 à 14h15 (cours II)

A l'école de **MEYRIN-VILLAGE**

(salle de gym) - avenue de Vaudagne 6

Inscription obligatoire 1 x par année

**(en début d'année, valable toute l'année - pas de réinscription
en septembre)**

CHF 120.- par personne

Les exercices sont issus des mouvements naturels rencontrés dans la vie courante. Ils tiennent compte des 5 capacités physiques principales à dynamiser: la force, la souplesse, la coordination, l'endurance et la mobilité globale.

L'intégralité du prix du cours sera facturée en cas d'absence ou de demande d'inscription en cours d'année. **Seul un certificat médical** permet d'annuler une inscription.

Nous ne confirmons pas par écrit la participation aux cours. Votre inscription tient lieu de confirmation. Une fois le coupon d'inscription remis au service des aînés, vous pouvez vous rendre aux cours et vous recevrez ultérieurement une facture par la poste.

✂

Coupon d'inscription

Je m'inscris pour le cours de "gym aînés" (en salle)

du 10 janvier au 11 décembre 2024 et m'engage à payer **CHF 120.-**

Cours 1 à 12h15 ⇒ **OU** **Cours 2 à 13h15** ⇒

Nom: Prénom:

Adresse: Téléphone:

A retourner **avant le début des cours, au plus tard, le 5 janvier 2024** à la mairie, service des aînés, CP 367 - 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, aines@meyrin.ch