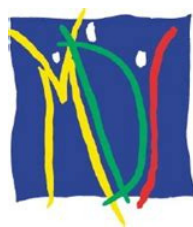


# Règlement

- 1\_ L'adhérent doit pouvoir présenter sa carte d'abonnement à tous moments.
- 2\_ La carte d'adhésion est non remboursable.
- 3\_ Par mesure de sécurité, l'accès aux appareils de musculation est interdit aux moins de 16 ans.
- 4\_ Il est formellement interdit de pratiquer une activité dans le complexe du Vernadel avec des chaussures ayant servi à l'extérieur.
- 5\_ La mise à disposition des équipements: vestiaires, douches, wc, sauna, entraîne le respect de ceux-ci.
- 6\_ Les accès aux sorties de secours doivent être libérés en permanence.
- 7\_ Par mesure d'hygiène, l'utilisation d'une serviette placée sur les appareils est obligatoire.
- 8\_ Il est interdit de s'entraîner torse nu, en sandales ou pieds nus dans l'établissement.
- 9\_ Il est obligatoire de décharger les barres de musculation après utilisation et de ranger le matériel.
- 10\_ Il est interdit de venir avec ses enfants.
- 11\_ Il est interdit de monter sur le tapis de Lutte lors des séances collectives. (impératif)
- 12\_ Afin de limiter les vols, il est conseillé de ne laisser aucun objet personnel dans les vestiaires.
- 13\_ Toute détérioration par l'adhérent entraîne des réparations à sa charge.



**GROUPE MDS**  
Mutuelle des Sportifs

La loi 84-610 du 16 juillet 1984, fait obligation à tout regroupement sportif d'informer ses adhérents de leurs intérêts à souscrire une assurance de personne et de tenir à leur disposition des formulaires de garantie.

La jurisprudence fait une application particulièrement rigoureuse de cette obligation d'informer.

Aussi et afin de vous permettre de faire face à cette situation, la mutuelle des sportifs met à votre disposition des imprimés destinés à être remis par vos soins à chacun des membres de votre association.

« **conditions générales** », constituant la reproduction de l'accord collectif conclu en l'association et la MDS (garantie de base bénéficiant aux adhérents) Bulletin d'adhésion à la garantie complémentaire SPORTMUT, permettant aux personnes qui le souhaitent à titre individuel à des garanties complémentaires en vue d'améliorer le régime de base.



1961

# USC

## LEZOUX

2021-2022

# FITNESS MUSCULATION SELF-DEFENSE

**L'USCL décline toute responsabilité en cas de vol d'objet personnel.**

**IPNS-Ne pas jeter sur la voie publique**

# Tarifs

## Communauté des communes Entre Dore et Allier

Lezoux, St-Jean-d'heurs, Bort l'étang, Orléat,  
Ravel, Lempty, Bulhon, Moissat, Peschadoires,  
Culhat, Joze, Crevant-Laveine, Vinzelles  
Seychalles.

105 euros par personne

170 euros couple familial

70 euros 3ème membre familial

## Hors communauté des communes Entre Dore et Allier

115 euros par personne

180 euros couple familial

80 euros 3ème membre familial

# Adhésion

1\_Certificat médical de "non  
contre indications à la pratique  
du sport"

2\_Deux photos d'identité

3\_Règlement (chèque, espèces,  
ANCV)

\*Autorisation parentale (-18)

Inter-sections 70 euros

# MUSCULATION

# Musculation

## HORAIRES

Du lundi au Vendredi

17h15-20h00

Samedi

9h00-10h00

# Bureau

Alexandre, Arielle, David,  
François, Frédéric, Salah, Fréd

## Profs de Fitness

Arielle 06.27.565.619

et Anne-Laure

## Renseignements Section M&F

David 06.83.219.921

## Renseignements Self-défense

Frédéric 06.65.438.663

# Adresse

Complexe Sportif Vernadel  
24 chemin des Charretiers  
Lezoux, 63190

# Fitness

## ZUMBA (Salle de Basket)

Mardi 18h45-19h30

## L I A ou Cardio boxe

(Salle de Basket)

Mardi 19h30-20h15

## PILATES

\*Lundi 17h30-18h15

(Salle Capetta)

\*2èmes et derniers mercredis  
du mois 18h00-18h45

(Maison du Peuple)

\*Derniers samedis du mois  
9h00-9h45 (Vernadel)

## TABATA

Mardi / Jeudi 19h15-20h00

## C A F

Mercredi 18h00-18h45

## POWER LIFT

Samedi 9h00-9h45

## GYM ENTRETIEN

Mardi 13h15-14h00

(Salle Capetta)

## SELF-DEFENSE

Jeudi 20h00-21h45

# FITNESS

Halle des sports R. Capetta Rue Jacques Salez  
Maison du Peuple PL Jean Baptiste Moulin

WWW.USCLEZOUX.FR