



## FICHE D'INFORMATION POUR LES INSCRIPTIONS TOUTES ACTIVITES Saison 2026-2027

### ASSURANCE

Les activités proposées par l'association sont des activités physiques et sportives. A ce titre elles comportent des risques qui doivent être couverts par une assurance Responsabilité Civile Personnelle souscrite auprès de votre assureur.

Vous avez aussi la possibilité de prendre une licence auprès de la Fédération Française de Danse (FFD), qui au-delà de la couverture RC, offre plusieurs avantages. La licence est obligatoire pour les pratiquants des activités de danse et Fitness Danse. Elle est optionnelle pour les activités Pilates, Sophrologie, Taï Chi, Qi Gong. (Voir document « avantages licence FFDanse »).

De son côté, l'association Ancenis Danse & Fitness est affiliée à la Fédération Française de Danse et est assurée en Responsabilité Civile sous le numéro FFDanse-953 (0447911). Tous nos professeurs sont assuré(e)s en Responsabilité Civile enseignants.

### SEANCES

Les séances ont lieu selon un calendrier prévisionnel, toutefois des séances pourraient se voir annulées :

- Nombre insuffisant de pratiquants,
- Indisponibilité de la salle de cours,
- Impératifs professionnels ou personnels exceptionnels des professeurs

En cas d'annulation, les pratiquants se verront proposer une séance à une autre date (Pilates et danse) ou la possibilité de participer à un autre créneau de séance (Pilates uniquement car plusieurs créneaux sur la semaine).

### PILATES :

Vous vous inscrivez à un ou plusieurs créneau(x) fixe(s) en fonction du nombre de cours que vous souhaitez pratiquer dans la semaine.

Vous avez la possibilité de reporter votre participation ponctuellement sur un autre créneau que celui choisi initialement sous réserve de place disponible. Vous devrez pour cela indiquer votre absence et le créneau de rattrapage choisi dans le « tableau de présence » via votre téléphone ou votre ordinateur, en y indiquant vos absences et le créneau de rattrapage. Un lien de connexion vous sera envoyé après réception de votre fiche d'inscription. Le tableau est accessible et modifiable sous Excel ou en téléchargeant **Sheets** sur votre téléphone portable.

**Niveau débutant** : jamais pratiqué le Pilates

**Niveau initié – intermédiaire 1** : vous avez une année de pratique minimum, connaissez les 6 fondamentaux. Vous souhaitez des exercices avec une intensité modérée plus adaptée à vos aptitudes physiques et/ou pour consolider votre pratique.

**Niveau intermédiaire 1 & 2** : vous avez plusieurs années de pratique avec une maîtrise des fondamentaux, intensité des exercices variable de modérée à soutenue en fonction de la forme physique et des capacités des pratiquants.

### ENGAGEMENT

L'inscription au cours vous engage pour la saison sportive. Les cours sont non remboursables.

En cas de maladie grave ou d'accident, nécessitant l'interruption de la pratique et sur présentation d'un certificat médical, les séances non pratiquées seront soit créditées sur la saison suivantes, soit remboursées après étude du dossier au cas par cas.

## LES COURS

### LUNDI

<input type="checkbox"/>	Danse Fitness Séniors	14h15 à 15h15	Salle Petipa aux Abattoirs	Julia
<input type="checkbox"/>	Stretching	15h15 à 16h15	Salle Petipa aux Abattoirs	Julia
<input type="checkbox"/>	Danse Fitness > 15 ans	18h30 à 19h30	Hall de la Charbonnière	Julia
<input type="checkbox"/>	Samba Brésilienne > 15 ans	19h30 à 21h	Hall de la Charbonnière	Julia

### MARDI

<input type="checkbox"/>	Pilates initié-intermédiaire 1	10h à 11h	Salle Petipa aux Abattoirs	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates débutant	17h à 18h	Salle du Pontreau	Annick
<input type="checkbox"/>	Pilates débutant	18h15 à 19h15	Salle du Pontreau	Annick
<input type="checkbox"/>	Pilates initié-intermédiaire 1	18h45 à 19h45	Salle Oasis Espace Coworking Hacoona	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates intermédiaire 1 & 2	20h à 21h	Salle Oasis Espace Coworking Hacoona	Catherine

### MERCREDI

<input type="checkbox"/>	Baby Bouge 18 mois à 3 ans	10h15 à 11h	Salle du Pontreau	Julia
<input type="checkbox"/>	Baby Bouge 18 mois à 3 ans	11h15 à 12h	Salle du Pontreau	Julia
<input type="checkbox"/>	Pilates intermédiaire 1 & 2	12h30 à 13h30	Grande salle du Gotha	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates débutants	13h30 à 14h30	Petite salle du Gotha	Annick
<input type="checkbox"/>	Pilates initié-intermédiaire 1	13h30 à 14h30	Grande salle du Gotha	Catherine
<input type="checkbox"/>	Danse juniors 9 ans et +	14h30 à 15h30	Petite salle du Gotha	Julia
<input type="checkbox"/>	Danses latines solo > 14 ans	14h30 à 15h30	Petite salle du Gotha	Catherine
<input type="checkbox"/>	Danse Kids 2 de 6 à 8 ans	15h30 à 16h30	Grande salle du Gotha	Julia
<input type="checkbox"/>	Danse Kids 1 de 3 à 5 ans	16h30 à 17h15	Grande salle du Gotha	Julia
<input type="checkbox"/>	Danse Fitness > 16 ans	18h à 19h	Salle Arc en Ciel	Julia
<input type="checkbox"/>	Pilates intermédiaire 1 & 2	19h à 20h	Salle Arc en Ciel	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates initié-intermédiaire 1	20h à 21h	Salle Arc en Ciel	Catherine

### JEUDI

<input type="checkbox"/>	Pilates intermédiaire 1 & 2	12h30 à 13h30	Salle Montaigne	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates débutants	16h30 à 17h30	Salle Montaigne	Annick
<input type="checkbox"/>	Pilates débutants	17h45 à 18h45	Salle Montaigne	Annick
<input type="checkbox"/>	Pilates initié-intermédiaire 1	18h45 à 19h45	Salle Oasis Espace Coworking Hacoona	Catherine
<input type="checkbox"/>	Pilates débutants	20h à 21h	Salle Oasis Espace Coworking Hacoona	Catherine

### VENDREDI

<input type="checkbox"/>	Sophrologie	17h à 18h	Salle du Pontreau	Annick
<input type="checkbox"/>	Salsa & Bachata	18h à 19h15	Grande salle du Gotha	Catherine
<input type="checkbox"/>	Rock & West Coast Swing	19h15 à 20h30	Petite salle du Gotha	Catherine
<input type="checkbox"/>	Danses de salon	19h à 20h30	Grande salle du Gotha	Melinda & Florian
<input type="checkbox"/>	Show Dance	20h30 à 22h30	Grande salle du Gotha	Catherine

### SAMEDI

<input type="checkbox"/>	Taï Chi	16h à 17h	Salle Montaigne	James
<input type="checkbox"/>	Qi Gong/Méditation	18h à 19h	Salle Montaigne	James

## TARIF DES COURS

### PILATES

1 séance/semaine (30h de cours)	tarif réduit : 225€	Plein tarif : 240€
2 séances/semaine (60h de cours)	tarif réduit : 380€	Plein tarif : 408€

### DANSES & FITNESS *(licence FFD obligatoire pour les plus de 4 ans)*

#### Samba

1h30/semaine (45h de cours)	tarif réduit : 225€	Plein tarif : 250€
-----------------------------	---------------------	--------------------

#### Salsa/Bachata – Danses latines solo – Rock & West Coast Swing

1h15/semaine (26 cours, 30h)	tarif réduit : 180€	Plein tarif : 200€
------------------------------	---------------------	--------------------

#### Danses de salon

1h30/semaine (25 cours 32,30h)	tarif réduit : 180€	Plein tarif : 200€
--------------------------------	---------------------	--------------------

#### Show Dance

2h/semaine tous les 15 jours (15 cours)	Gratuit - Participation financière pour l'achat des costumes	
-----------------------------------------	--------------------------------------------------------------	--

#### Fitness – Stretching – danse enfants

1 h/semaine ou 45 min/semaine (30 cours)	tarif réduit : 180€	Plein tarif : 200€
------------------------------------------	---------------------	--------------------

### SOPHROLOGIE

1 séance/semaine (30h de cours)	tarif réduit : 225€	Plein tarif : 240€
---------------------------------	---------------------	--------------------

### Taï CHI – QI GONG/MEDITATION

1 séance/semaine (30h de cours)	tarif réduit : 180€	Plein tarif : 200€
---------------------------------	---------------------	--------------------

Vous pouvez bénéficier du tarif réduit si vous répondez à un des critères suivants :

- Ancien adhérent
- Couple ou plusieurs membres d'une même famille inscrit à au moins 1 cours
- Etudiant/scolaire
- Demandeur d'emploi

## INSCRIPTION & PAIEMENT

L'inscription et le paiement des cours se font via la plateforme **HelloAsso** :

<https://www.helloasso.com/associations/ancenis-danse-et-fitness>

Complétez les informations demandées, cochez les cases correspondantes à vos choix de cours.

L'adhésion est obligatoire pour chaque pratiquant.

La licence est obligatoire pour les cours de danse et de Fitness, optionnelle pour les autres cours.

Vous avez trois options pour régler la totalité des différents montants (paiement via votre carte bancaire) :

- En une fois : vous régler la totalité le jour de votre inscription,
- En trois fois sans frais : vous régler 1/3 de la totalité le jour de l'inscription, puis deux prélèvements (15/10 et 15/12 2026)
- En 10 fois (10€ de frais) : vous régler 1/10 de la totalité le jour de l'inscription, puis neufs mensualités (du 15/10/2026 au 15/06/2027)

## PRISE DE CONNAISSANCE

Vous certifiez avoir pris connaissance de l'annexe Règlement intérieur et de ses annexes :« Droit à l'image », « Décharge de responsabilité » et « Protection des données personnelles ».

Vous complétez la fiche de santé et nous la retourner si vous pratiquez le Pilates.