



ACTIVITES PHYSIQUES

Saison 2018-2019

Version 2

Piscine Vaucanson : Aqua Gym : du vendredi 14 septembre au vendredi 14 juin 2019
Piscine Crolles : Natation : du vendredi 14 septembre au vendredi 17 mai 2019
Cours en salle et autre : semaine du lundi 17 septembre jusqu'au vendredi 21 juin 2019
(hors vacances scolaires et jours fériés légaux)

Adhésion « toutes activités » à 45 € ainsi qu'un certificat médical de non contre-indication aux activités physiques et/ou sportives de moins de 6 mois obligatoire

Tarifs annuels	
Gym/Pilates/Stretching	114 €
Marche Nordique	153 €
Danse en ligne	144 €
Qi Gong	177 €
Yoga	153 €
Aqua Gym	147 €
Natation Crolles	108 €
Zumba Gold (nouveau)	132 €

Tarifs spéciaux ECHIROLLES (plein tarif moins subvention CCAS (24 €))		
Réservés aux habitants d'Echirolles participant aux cours de l'Asta à Echirolles (limité à 2 cours subventionnés)	Gym/Pilates	90 €
	Gym, Pilates: montant fixe pour l'année, quelle que soit la date d'arrivée au cours	
	Qi Gong	153 €

Inscription et paiement sur le lieu du cours auprès du correspondant des activités physiques

Toute inscription à un cours est un engagement pour l'année. Pas de remboursement possible

Possibilité de faire un cours d'essai gratuit dans un seul cours de son choix. Se présenter sur place au correspondant

Informations pratiques pour la piscine : bonnet de bain **OBLIGATOIRE** et chaussons antidérapants conseillés
pour les exercices sur tapis : serviette **OBLIGATOIRE** et une bouteille d'eau ;
chaussures propres de salle (chaussons de gym ou chaussettes anti-dérapantes).

Calendrier vacances scolaires 2018-2019 (zone A) et jours fériés légaux

Toussaint	du : lundi, 22 octobre 2018	reprise : lundi 5 novembre 2018
Noël	du : lundi, 24 décembre 2018	reprise : lundi 7 janvier 2019
Hiver	du : lundi, 18 février 2019	reprise : lundi 4 mars 2019
Printemps	du : lundi, 15 avril 2019	reprise : lundi 29 avril 2019

Jours fériés (hors vacances) : 2019 Lundi 22 avril ; mercredis 1^{er} et 8 mai
Jeudi 30 mai ; vendredi 31 mai vaqué ; lundi 10 juin

Permanences information et adhésion à l'ASTA (hors vacances scolaires et jours fériés légaux) :

de septembre à fin décembre : mardi de 14h à 16h et vendredi de 9h30 à 11h30
de janvier à fin juin : mardi de 14h à 16h30

Association Sportive des Toujours Actifs

Maison des Associations - 6 rue Berthe de Boissieux -38000 GRENOBLE
Téléphone : 04 76 46 50 68 - asta38@wanadoo.fr - www.asta38.com