



BULLETIN D'INSCRIPTION A LA SECTION PILATES 2022/2023

Le **Pilates** est une méthode de renforcement des muscles profonds, responsables de la posture. Les muscles profonds sont les muscles du centre, qui se situent entre les côtes et le bassin, et tout autour de la colonne vertébrale (abdominaux, plancher pelvien et les muscles du dos).

Nom/Prénom :

Adresse :
.....

Date de naissance :

TEL FIXE : **TEL PORTABLE**:

MAIL :

Je verse la cotisation annuelle de membre actif fixée à **75.00 €**
pour 1 heure/hebdo – le chèque est à faire à l'ordre de l'ASBA

Déposer le bulletin d'inscription et le chèque chez
Edwige PACCARD 1 rue de l'ancienne gare 28320 Bailleau-Armenonville
Ou au début du cours, à la Maison des Associations.
Les cours reprennent le lundi 5 septembre 2022.

Le cours commence à 18 h à la Maison des Associations