



VILLEFRANCHE RENNEVILLE AVIRON CLUB

DU LAURAGAIS



Coupons prépayés AviFit

Coût d'une séance encadrée pour les Licenciés Indoor : 5 € - Lot de 10 = 50 €

Coût d'une séance encadrée pour les Licenciés Aviron : 2 € - Lot de 10 = 20 €

Nom :	Prénom :	
Adresse :	Code postal :	Ville :
Tél fixe :	Tél portable :	E-mail :

Séance 1 (date/signature) Séance 2 (date/signature) Séance 3 (date/signature) Séance 4 (date/signature) Séance 5 (date/signature)

Séance 6 (date/signature) Séance 7 (date/signature) Séance 8 (date/signature) Séance 9 (date/signature) Séance 10 (date/signature)

H O R A I R E S - P R O G R A M M A T I O N D E S S É A N C E S

Ouverture du club (avec encadrement) 10 mois sur 12 (fermeture en période de congés scolaires)

Seuls les cours encadrés sont autorisés.

Chaque adhérent a accès à une séance hebdomadaire (durée des séances : environ 1h00).

Les séances se font en soirée (18h30-19h30) et deux créneaux hebdomadaires sont proposés.

Les séances sont en semaine :

En alternance : lundi tous les 15 jours et jeudi tous les 15 jours

Exceptionnellement quelques séances décalées aux vendredis

Les deux créneaux hebdomadaires sont déterminés un mois à l'avance et valables pour tout le mois,

Les créneaux seront consultables sur l'agenda du blog du VRAC.

Il est demandé d'annoncer sa participation à une séance au moins 7 jours à l'avance.

Il est demandé d'annoncer un éventuel désistement au moins 2 jours avant la séance
par SMS à Didier.

Educateur Fédéral d'Aviron et Coach AviFit : Didier Ferrier

Tél : 06.13.96.51.81 – email : cdc.m.fer@hotmail.fr