

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

La permanence Tonus se situe au stade André Karman,
15-19 rue Firmin Gémier
(accès par le parking près de la piscine)

Comment s'inscrire ?

- Remplir le formulaire d'inscription (détachable sur ce document), accompagné du certificat médical de non contre-indication à la pratique des activités physiques et sportives
Un médecin du sport reçoit sur rendez-vous au centre de médecine du sport d'Aubervilliers, 15-19 rue Firmin Gémier. Tél. : 01.48.34.22.80 (4,70 € la consultation).
- 2 photos d'identité
- 3 euros
- Tout dossier incomplet sera refusé

La carte Tonus et les inscriptions 2006 ne sont plus valables.

La nouvelle carte Tonus 2007 sera valable durant toutes les vacances de l'année 2007 (hiver, printemps, été, Toussaint).

Une carte Tonus 2007 te sera remise. Elle te permettra de rentrer à la piscine à tarif réduit pendant les vacances.

Comment participer aux activités ?

Inscriptions aux activités :

- Le lundi 19 février, toute la matinée
- Tous les soirs de 17 heures à 18 heures

Il existe un forfait à 7 euros
qui te donne droit à 10 euros d'activités

IMPORTANT : une tenue adéquate (survêtement et chaussures de sport, ainsi qu'une bouteille d'eau) est obligatoire !!!

SERVICE DES SPORTS HIVER TONUS

BOXE ESCALADE
BADMINTON FITNESS
BALLON PATINOIRE
ACTIVITES NAUTIQUES
FOOTBALL RUGBY
ROLLER TAEKWONDO
TENNIS BOWLING JUDO
DU 19 FEVRIER AU 2 MARS 2007

Planning des activités sportives Hiver Tonus 2007

	LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENDREDI 23
MATIN	INSCRIPTIONS	<ul style="list-style-type: none"> ● Bowling 2€ ● Fitness ● Judo ● Activités nautiques 	<ul style="list-style-type: none"> ● Roller ● Plongée ● Taekwondo ● Hand/Basket 	<ul style="list-style-type: none"> ● Foot en salle ● Fitness ● Judo ● Jeu de société 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bowling ● Boxe ● Tennis de table ● Hand/Basket
APRÈS-MIDI	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Flag/Rugby ● Sports de raquettes ● Escalade 	<ul style="list-style-type: none"> ● Foot en salle 2€ ● Tennis ● Hand/Basket ● Tennis de table 	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Flag/Rugby ● Volley ball ● Escalade 	<ul style="list-style-type: none"> ● Flag/Rugby ● Hand/Basket ● Tennis ● Sports de raquettes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Flag/Rugby ● Volley ball ● Escalade

HORAIRES

ACTIVITES : Rendez-vous à 9 h le matin 13 h 15 l'après-midi (à la permanence)
INSCRIPTIONS : Le lundi 19 février toute la matinée à partir de 9 h et tous les soirs entre 17 h et 18 h

	LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 1 ^{er}	VENDREDI 2
MATIN	<ul style="list-style-type: none"> ● Bowling 2€ ● Boxe ● Roller ● Badminton 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taekwondo ● Roller ● Judo ● Activités nautiques 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bowling 2€ ● Plongée ● Badminton ● Boxe 	<ul style="list-style-type: none"> ● Foot en salle ● Tennis ● Taekwondo ● Activités nautiques 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tennis de table ● Roller ● Plongée ● Judo
APRÈS-MIDI	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Flag/Rugby ● Tennis ● Volley ball 	<ul style="list-style-type: none"> ● Foot en salle ● Volley ball ● Tennis de table ● Escalade 	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Flag/Rugby ● Hand/Basket ● Tournoi tennis de table 	<ul style="list-style-type: none"> ● Patinoire 2€ ● Volley ball ● Hand/Basket ● Escalade 	<ul style="list-style-type: none"> ● Badminton ● Flag/Rugby ● Tennis ● Escalade