



# FITNESS 2026-2027

## Bulletin d'adhésion

Document à remplir lisiblement. Un dossier incomplet reste en attente.

### 1. Informations de l'adhérent

NOM :		Prénom :		Né(e) le :	
Adresse :		C.P. :		Ville :	
Email (CAPITALES) :			Téléphone mobile :		
Attestation employeur :	<input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	Ville de naissance :		C.P. naissance :	
Nationalité :					

### 2. Tarifs et modalités

À faire : cochez les cours retenus dans le planning. Adhésions en ligne : <https://goh-fitness.comiti-sport.fr>

Nombre de cours / semaine	Cotisation De base	Adhésion + assurance club + frais admin	Total à payer 2026 - 2027	Tarif PROMO jusqu'au 5 juillet
1 séance / semaine	235,00 €	20,00 €	<b>255,00 €</b>	<b>250,00</b>
2 séances / semaine	290,00 €	20,00 €	<b>310,00 €</b>	<b>300,00</b>
3 séances / semaine	340,00 €	20,00 €	<b>360,00 €</b>	<b>345,00</b>
4 séances / semaine	380,00 €	20,00 €	<b>400,00 €</b>	<b>380,00</b>

#### Adhésion en ligne

<https://goh-fitness.comiti-sport.fr/>  
CB 3x sans frais, prélèvement 10x, virement.  
Sinon : bulletin papier rempli + pièces demandées.

#### Dossier d'inscription

Certificat médical ou attestation de santé selon situation.  
Les dossiers incomplets seront mis en attente.

#### Contact et assurance

[gym@gantdordehouilles.com](mailto:gym@gantdordehouilles.com)  
Assurance R.C.  
Assurance individuelle accident : souscription volontaire, prendre contact avec le club.

**Yoga dynamique** : 1 dimanche par mois, 10h30 à 12h00, 13 € la séance, dates sur le site.

**Remise unique** : 10 % pour une inscription même foyer, même section du Gant d'Or.

Fait à :	Le :
Signature de l'adhérent ou du représentant légal :	Pièces jointes : <input type="checkbox"/> Certificat médical / attestation de santé <input type="checkbox"/> Paiement <input type="checkbox"/> Bulletin & règlement signés

### 3. Planning hebdomadaire des séances

Cochez les cours choisis. Cours mixtes en niveau : les coachs adaptent les exercices.

#### LUNDI - Gymnase J. Guimier 1 - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
18:00-19:00	Body Sculpt (Renfo)	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>
19:00-20:00	Body Sculpt (Renfo)	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>
20:00-21:00	Step	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>
21:00-22:00	Body Sculpt (Renfo)	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>

#### MERCREDI - Gym. Pierres Vives - Carrières-sur-Seine

Horaire	Cours	Coach	✓
18:00-19:00	Stretching - Yoga	Leslie Crevon	<input type="checkbox"/>
19:00-20:00	Body Sculpt (Renfo)	Leslie Crevon	<input type="checkbox"/>
20:00-21:00	Zumba	Leslie Crevon	<input type="checkbox"/>
21:00-22:00	Renforcement - Pilates	Leslie Crevon	<input type="checkbox"/>

#### MARDI - Centre J. Yves Cousteau - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
10:00-11:00	Renfo - Sculpt	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>
11:00-12:00	Renfo - Sculpt	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>

#### VENDREDI - Gymnase J. Bouin - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
18:30-19:30	Body Sculpt (Renfo)	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>
19:30-20:30	Fitness - Combat	Adrien Clément	<input type="checkbox"/>

#### MARDI - Gymnase J. Guimier 1 - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
21:00-22:00	Renforcement - Pilates	Leslie CREVON	<input type="checkbox"/>

#### SAMEDI - Gym. Guimier 2 - 1er étage - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
09:30-10:30	Step	Cynthia Jean	<input type="checkbox"/>
10:30-11:30	Zumba	Cynthia Jean	<input type="checkbox"/>
11:30-12:30	Pilates	Cynthia Jean	<input type="checkbox"/>

#### MERCREDI - Gymnase J. Bouin - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
18:00-19:00	Pilates	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>
19:00-20:00	Cardio Sculpt	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>
20:00-21:00	Renfo Sculpt	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>
21:00-22:00	Stretching Recover	Ted Marcellus	<input type="checkbox"/>

#### SAMEDI - Gymnase J. Guimier 2 - RDC - Houilles

Horaire	Cours	Coach	✓
08:30-09:30	Body Sculpt	Nadjib / Léo	<input type="checkbox"/>
09:30-10:30	Body Sculpt (Renfo)	Nadjib / Léo	<input type="checkbox"/>
10:30-11:30	Stretching	Nadjib / Léo	<input type="checkbox"/>
11:30-12:30	Body Sculpt (Renfo)	Nadjib / Léo	<input type="checkbox"/>

# Règlement d'adhésion FITNESS

*Objet : le présent règlement définit les liens entre Le Gant d'Or de Houilles et l'adhérent, ou son représentant légal, durant la saison sportive en cours.*

## I. Responsabilité

Le Gant d'Or ne sera responsable des adhérents mineurs qu'à compter de leur prise en charge par un enseignant. Le représentant légal doit accompagner l'enfant jusqu'au lieu du cours et s'assurer que l'enseignant est présent.

## II. Hygiène et sécurité

L'adhérent doit porter des chaussures de sport propres, réservées à l'utilisation en salle. Il est interdit de se déplacer nu-pieds dans l'enceinte du gymnase. Il est également interdit de marcher avec des chaussures de ville ou de sport sur les tatamis ou tapis de gym. Les vestiaires n'étant pas gardés, aucun effet personnel ne doit y être laissé. Le Gant d'Or et ses professeurs ne sont pas responsables des effets personnels des adhérents.

## III. Matériel

L'adhérent doit utiliser un matériel adapté à sa discipline, propre et en bon état. En cas de détérioration du matériel mis à disposition par le Gant d'Or de Houilles, l'adhérent s'engage à le remettre en état ou, à défaut, à le rembourser.

## IV. Urgence médicale / hospitalisation

Si une intervention chirurgicale s'avérait nécessaire pour un adhérent mineur et qu'un représentant légal ne pouvait être contacté rapidement, le représentant légal autorise le praticien à intervenir. Le choix de l'établissement hospitalier relève exclusivement des services d'urgence : SAMU, pompiers, etc.

## V. Certificat médical

En général, l'obtention d'une première licence auprès d'une fédération sportive est subordonnée à la présentation d'un certificat médical établissant l'absence de contre-indication à la pratique du sport choisi. En cas de compétition, le certificat doit mentionner l'absence de contre-indication à la pratique en compétition. En cas de renouvellement sans discontinuité dans la même fédération, un certificat doit être fourni tous les trois ans. Entre deux certificats, le pratiquant répond au questionnaire de santé QS Sport - Cerfa 15699\*01. Si une réponse est positive, un certificat médical est nécessaire ; sinon, l'adhérent atteste avoir répondu non à toutes les questions selon les modalités fédérales. Pour les disciplines de combat pouvant prendre fin par K.-O. - boxe, boxe française, karaté - un certificat médical annuel doit être fourni au moment de l'inscription, daté postérieurement au 1er août pour les inscriptions de début de saison. En fonction des fédérations, des règles spécifiques peuvent s'appliquer : se renseigner auprès de la section concernée. En l'absence d'adhésion à une fédération ou de licence, l'adhérent doit présenter un certificat médical de moins d'un an attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée : fitness, zumba, etc. L'adhérent doit conserver un exemplaire de son certificat médical ; le club ne fournira pas de duplicata.

## VI. Cotisation

L'adhésion n'est validée qu'après paiement intégral de la cotisation annuelle ainsi que, le cas échéant, de la licence fédérale. Ni la cotisation ni la licence ne sont remboursables, quel que soit le motif.

## VII. Confidentialité

Les informations contenues dans le présent document sont destinées à l'usage exclusif du Gant d'Or de Houilles et des fédérations sportives si nécessaire. Elles ne seront diffusées à aucun organisme externe.

## VIII. Droit à l'image

Durant les cours ou lors des compétitions, des photos de groupe peuvent être prises en vue d'une mise en ligne sur le site internet ou pour toute autre utilisation promotionnelle. L'adhérent ou son représentant légal accepte cette utilisation sans limitation de durée ou de média, et renonce à tous ses droits sur ces clichés ou vidéos.

## IX. Horaires

Les cours débutent à l'heure indiquée. Tout adhérent arrivant en retard pourra se voir refuser l'accès à la salle. Les horaires des cours sont fournis à l'adhérent au moment de l'inscription. En cas de modification en cours de saison, le Gant d'Or de Houilles préviendra l'adhérent par affichage, circulaire ou site internet. Le GOH suit le calendrier scolaire de la zone C de l'Éducation nationale. Les salles des gymnases sont mises à disposition par la Mairie de Houilles ; certains cours peuvent être annulés ou déplacés pour des événements particuliers : travaux, vœux du maire, etc.

## X. Assurance - information dommage corporel

Conformément à l'article L. 321-4 du code du sport, les groupements sportifs informent leurs pratiquants de leur intérêt à souscrire un contrat d'assurance de personne proposant des garanties forfaitaires en cas de dommages corporels. Le GOH tient à disposition de ses adhérents des formules de garanties susceptibles de réparer les atteintes à l'intégrité physique du pratiquant. L'adhérent peut également prendre contact avec l'assureur de son choix, ou adhérer à l'une des formules proposées par la fédération concernée dans le dossier de licence ; dans ce cas, une attestation d'assurance responsabilité civile doit être fournie.

## XI. RGPD et registre des adhérents Pour exercer votre droit : [president@gantdordehouilles.com](mailto:president@gantdordehouilles.com).

Les informations recueillies sont nécessaires à l'adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique destiné exclusivement au secrétariat de l'association. En application du RGPD, l'adhérent bénéficie d'un droit d'accès, de rectification ou d'effacement des informations le concernant.

Je soussigné(e) :	Nom du représentant légal, si mineur :
déclare avoir pris connaissance du présent règlement et m'engage à y adhérer sans restriction. Je certifie exactes les informations complétées.	Je reconnais avoir été informé(e) du RGPD et de l'intérêt de souscrire un contrat d'assurance individuelle accident.
Fait à Houilles le,	Signature de l'adhérent ou du représentant légal :
<b>Exemplaire club</b>	<b>Exemplaire à conserver par l'adhérent</b>