



VILLE DE SAINT-MARTIN-D' HERES

Service des Sports – Activités Physiques et Sportives

BULLETIN D'INSCRIPTION E.M.S. ADULTES / SENIORS

SAISON 2025 / 2026

Nom : Prénom :né(e) le

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél Fixe :Tél portable :

E-mail :

J'atteste avoir pris connaissance du Règlement Intérieur de l' Ecole Municipale des Sports (EMS) consultable au service des sports, sur le site de la ville ou sur l'Espace Citoyen.

Fait le : Signature :

ACTIVITÉS	LIEU	HORAIRES	Cocher le cours choisi	TARIFS ANNUELS MARTINEROIS	TARIFS ANNUELS NON MARTINEROIS
ACTIVITÉS SENIORS * Tarif réduits : inscription après le 31/12 de l'année en cours <u>ou</u> inscription dès une deuxième activité annuelle					
GYM SANTE	Maison de quartier Romain Rolland	Lundi 9h-10h		Plein tarif : 88,5 € Tarif réduit * : 67 €	Plein tarif : 185,5 € Tarif réduit * 164 €
		Lundi 10h15-11h15			
	Maison de quartier Paul Bert	Mardi 9h15-10h15			
	Maison de quartier Gabriel Péri	Jeudi 9h -10h			
	Groupe scolaire Gabriel Péri	Mercredi 18h45-19h45			
Espace Edmond Inébria	Mardi 9h15-10h15				
	Mardi 10h30-11h30				
GYM	Espace Edmond Inébria	Lundi 9h-10h		Plein tarif : 111 € Tarif réduit * : 89,5 €	Plein tarif : 232 € Tarif réduit * : 210,5 €
		Lundi 10h15-11h15			
		Jeudi 9h15-10h15			
		Jeudi 10h30-11h30			
		Vendredi 9h-10h			
	Maison de quartier Paul Bert	Mardi 10h30-11h30			
MARCHE DOUCE	Stade Paul Langevin	Mardi 10h30-11h30			
PILATES	Salle Verlaine	Jeudi 10h30-11h30			
YOGA SUR CHAISE	Maison de quartier Fernand Texier	Jeudi 10h-11h30			
AQUA GYM	Piscine universitaire	Lundi 11h15-12h		Plein tarif : 177 € Tarif réduit * : 155,5 €	Plein tarif : 370,5 € Tarif réduit * : 350 €
		Vendredi 11h15-12h			

ACTIVITÉS	LIEU	HORAIRES	Cocher le cours choisi	TARIFS ANNUELS MARTINEROIS	TARIFS ANNUELS NON MARTINEROIS
ACTIVITÉS ADULTES * Tarif réduits : inscription après le 31/12 de l'année en cours <u>ou</u> inscription dès une deuxième activité annuelle					
YOGA	Salle Croix Rouge	Lundi 12h15-13h30		Plein tarif : 111 € Tarif réduit * : 89,5 €	Plein tarif : 232 € Tarif réduit * : 210,5 €
	Groupe scolaire Gabriel Péri	Mercredi 17h à 18h30			
	Salle Croix Rouge	Vendredi 12h15-13h30			
PILATES	Groupe scolaire Gabriel Péri	Lundi 18h15-19h15			
	Salle Evolution Joliot Curie	Jeudi 18h15-19h15			
	Salle Verlaine	Lundi 12h15-13h15			
		Mardi 12h15-13h15			
Jeudi 12h15-13h15					
NATATION	Piscine universitaire	Vendredi 11h15-12h		Plein tarif : 177 € Tarif réduit * : 155,5 €	Plein tarif : 370,5 € Tarif réduit * : 350 €
AQUA GYM		Vendredi 16h15-17h			
AQUA GYM	Piscine La Tronche (début activité le 25-09-2025)	Jeudi 13h30-14h15		Plein tarif : 154,5 € Tarif réduit * : 134,5 €	Plein tarif : 324,5 € Tarif réduit * : 304,5 €
		Jeudi 14h15-15h00			
		Jeudi 15h00-15h45			
GYM	Halle des Sports	Lundi 12h15-13h15		Plein tarif : 88,5 € Tarif réduit * : 67 €	
	Salle évolution Joliot Curie	Lundi 18h15-19h15			
	Groupe scolaire Gabriel Péri	Mardi 18h15-19h15			
		Jeudi 18h15-19h15			
STRECHING	Maison de quartier Paul Bert	Mardi 12h15-13h15			
MARCHE NORDIQUE	Stade Paul Langevin	Mardi 10h30-11h45			
ZUMBA	Gymnase Voltaire	Mardi 19h15-20h15			
	Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	Jeudi 18h15-19h15			
	Halle des sports	Vendredi 12h15-13h15			
FITNESS-STEP	Halle des Sports	Jeudi 12h15-13h15			
FITNESS	Gymnase Voltaire	Mardi 18h-19h			
	Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	Mercredi 18h-19h			
CIRCUIT TRAINING	Halle des sports	Mardi 12h15-13h15			
	Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	Jeudi 19h30-20h30			
ESCALADE (+handi escalade)	Gymnase Colette Besson	Mardi 18h-20h			
ESCALADE	Gymnase Colette Besson	Mercredi 18h30-20h			
ESCALADE CONFIRMES	Gymnase Colette Besson	Mercredi 19h30-21h			
BADMINTON	Gymnase Paul Langevin	Lundi 18h-19h15			
		Lundi 19h15-20h30			
		Jeudi 12h15-13h15			