



Le Club **SPORT SANTÉ SÉNIOR Baie de Cancale** est une association qui promeut l'activité sportive auprès des séniors. Il propose aux personnes de plus de 50 ans des activités de plein-air, de nature sportive et culturelle. Cette structure, affiliée à la **Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS)**, réunit toutes les compétences grâce à la formation de formateurs bénévoles, tous titulaires des qualifications requises dans les différentes activités pratiquées.

Tarifs 2023-2024

ADHÉSION ANNUELLE (comprenant la licence FFRS + Assurance) : 43€

PLUS PAR ACTIVITE :

Marche Aquatique Côtière : 80 € /an

Pour 1 ou 2 sorties hebdomadaires (selon météo) : Les lundis et jeudis matin à Port-Mer

Kayak de mer : 80 € /an

Pour une sortie hebdomadaire : À jours variables, en semaine et le week-end, selon la météo
+ 13€ par sortie, en cas de location d'embarcation

Forfait Activités Nautiques : 120€ / an (Marche Aquatique Côtière ET Kayak de mer)

Marche nordique : 20 € / an (Gratuit pour les licenciés adhérents à une activité en salle ou nautique)

Le mardi après-midi

Randonnée pédestre : 20 € / an (Gratuit pour les licenciés adhérents à une activité en salle ou nautique)

Le mardi matin ou après-midi en fonction de l'itinéraire / Tous les 15 jours

Taï Ji Chuan : 30 € / an

Pour une à deux séances par semaine selon les niveaux (séance d'une heure)

Débutants & Confirmés : Le lundi en salle (11h30), – Confirmés : Le mercredi en plein air (11h00)

Section Multi-Activités Senior (SMS) : 20 € / an

Le Mercredi de 13h25 à 14h25

Activ'mémoire : 20 € / an

Le Mercredi de 14h30 à 15h30

Bulletin d'adhésion 2023-2024

NOM _____

PRÉNOM _____

DATE DE NAISSANCE (JJ/MM/AA) _____

ADRESSE _____

VILLE _____

CODE POSTAL _____

Tél FIXE _____

Tél MOBILE _____

E-MAIL _____

ACTIVITÉS

- Kayak de mer (*)
- Marche Aquatique Côtière (*)
- Taï Ji Chuan
- Marche Nordique
- Randonnée Pédestre
- Activ'Mémoire
- Section Multi-Activités Seniors

En cas de première adhésion, joindre un certificat médical d'aptitude selon l'activité.

(*) Fournir une attestation de savoir nager 25 mètres

- J'autorise le club à utiliser mon image sur son site ou autre support.

Date : ____ / ____ / ____

Signature :



*Bulletin à imprimer, remplir et à remettre avec votre règlement.
Les chèques sont à mettre à l'ordre de «3S Baie de Cancale»*