



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 2026-2027

Marche Aquatique Côtière : 80€ + 47€* = 127€

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

Kayak de mer : 80€ + 47€* = 127€

Pour une à trois sorties hebdomadaires, à jours variables en semaine et/ou le week-end, suivant la météo et la présence d'animateurs

+ 13€ par sortie, en cas de location d'embarcation

Forfait Activités Nautiques : 120€ + 47€* = 167€

(Marche Aquatique Côtière ET Kayak de mer)

Marche nordique : 20€ + 47€* = 67€

Le mardi

Gratuit pour les licenciés adhérents à une activité en salle ou nautique

Randonnée pédestre : 20€ + 47€* = 67€

Les mardi ou mercredi, selon le groupe, une semaine sur deux et le Vendredi (5km)

Gratuit pour les licenciés adhérents à une activité en salle ou nautique

Taï Chi Chuan : 30€ + 47€* = 77€

Le Lundi espace Pichot (salle de danse) : **Tous** 11h30 à 12h30

Le Mercredi salle Part'âges : **Avancés** 10h00 à 11h00 **Confirmés** 11h00 à 12h00

Activ'mémoire : 20€ + 47€* = 67€

Le Mercredi, 1er groupe de 13h30 à 14h30 et 2eme groupe de 14h45 à 15h45

Tennis de table : 30€ + 47€* = 77€

Espace Pichot, (salle bleue) Mercredi de 17h00 à 18h30 et Samedi de 10h30 à 12h00

Activité Culturelle, Jeux de Société : 20€ + 11€ (inscription club & assurances)= 31€**

Le Jeudi de 14h00 à 16h30 Salle Noël Lecossois, espace Louis Pichot

(*) 47€ = Adhésion annuelle comprenant : Licence sportive FFRS + inscription club + assurances

(**) 11€ = Payable uniquement si aucune autre activité pratiquée, sinon inclu dans les 47€

Bulletin d'adhésion

2026-2027

N° LICENCE _____

NOM _____

PRÉNOM _____

E-MAIL _____

DATE DE NAIS. (JJ/MM/AA) _____

ADRESSE _____

VILLE _____

CODE POSTAL _____

Tél FIXE _____

Tél MOBILE _____

ACTIVITÉS

- ☐ Kayak de mer (*)
- ☐ Marche Aquatique Côtière (*)
- ☐ Taï Chi Chuan
- ☐ Marche Nordique
- ☐ Randonnée Pédestre
- ☐ Activ'Mémoire
- ☐ Jeux de Société
- ☐ Tennis de table

(*)Fournir une attestation sur l'honneur de savoir nager 25m

- Je reconnais avoir pris connaissance des recommandations de la FFRS concernant l'auto-questionnaire de santé et m'engage à pratiquer les activités proposées dans un état de santé compatible avec celles-ci.

- Je m'engage à respecter le règlement en vigueur.

☐ J'autorise le club à utiliser mon image (site, articles..)

☐ À communiquer mes coordonnées aux autres adhérents si besoin (covoiturage, rendez-vous...)

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»

