

TARIFS...

Carte 1 ou 2 activités (+6 ans et adultes) 40.15 € ; la 2ème carte 36.70 € ;
la 3ème carte 35.30 € ; les suivantes 30.20 €
- Carte 3 activités et plus 49.20 € ; les suivantes 43.60 €
- Carte « Junior » (3/5 ans maternels) 20.30 € ; les suivantes 17.70 €
- Tarif forfaitaire pour une semaine d'activités 25.50 €
Ticket d'essai activité culturel et ou musical 4.20€ /personne

Moyens de paiement :
chèque à l'ordre de régie CMCS
prélèvements (munissez vous de votre RIB)
espèces
carte bancaire
chèques vacances et coupons sport ANCV

Sections...	Suppléments trimestriels ou <u>annuels*</u>	Licence 18 / 19
Badminton	<u>25 € *</u>	NON
Basket-ball	<u>37.30 € *</u>	Nous consulter
Danse	41.40 €	NON
Dessin	48.00 €	NON
Gym adultes	43.00 €	26.30 €
Gym enfants	<u>86.40 € *</u>	21.30 €
Judo	Eveil judoka (3/5 ans) <u>51.70 € *</u> 1 ^{er} judoka (+ 6ans, ados et adultes) 23.95 € 2 ^{ème} judokas (+ 6ans, ados et adultes) 22.43 €	38 €
Karaté - Self-défense	<u>59.70 € *</u>	37 €
Musculation	Adulte : <u>78 € *</u> Ados(en 3ème) : <u>26 € *</u>	NON
Peinture sur soie	<u>26 € *</u>	NON
Piano	59.70 € (cours particulier de 30 minutes) 119.40 € (le cours particulier de 1h)	NON

Pour les paiements de licences :

Moyens de paiement :

- chèque à l'ordre de la S.S.C. (pour le judo : à l'ordre de JPM)
- espèces



programme 2018/2019

CENTRE MUNICIPAL CULTUREL et SPORTIF

5, rue R.P. Brottier
 33780 Soulac-sur-Mer
 05 56 09 82 99
e.beitz@mairie-soulac.fr
l.stocker@mairie-soulac.fr

Renseignements et Inscriptions
du 10 septembre au 12 octobre inclus :

Lundi de 13h30 à 17h

**Mardi au Vendredi de 9h30 à 12h
 et de 13h30 à 17h**

du 15 octobre au 28 juin inclus :

Lundi de 13h30 à 17h30

**Mardi au Vendredi de 9h à 12h
 et de 13h30 à 17h30**

Documents téléchargeables

<http://www.mairie-soulac.fr>

(Activités > Sports et Loisirs > les activités du CMCS)

sections sportives...

Basket Ball

au gymnase avec **Sandrine**

Baby : 2012 à 2014 / U9 : 2010 et 2011
U11 : 2008 et 2009 / U13 : 2006 et 2007
U15 : 2004 et 2005 / U17 : 2002 et 2003
U18 : 2001 / U19 : 2000 / U20 : 1999
Séniors : nés en 1998 et avant.

Mardi	Baby, U9 et U11	16h30 18h
Mardi	U13 et U15	18h 19h
Mercredi	U13 et U15	18h 19h
Mercredi	U17, U18, U19, U20 et séniors	19h 20h
Vendredi	U17, U18, U19, U20 et séniors	20h30 22h30

Badminton

au gymnase
avec **Thierry**
jeudi

Adultes 18h à 21h
Ados (13 ans et +) 18h à 19h

Pass Sport Club
pour les activités
sportives
1 mois d'essai
pour découvrir l'activité
(production d'un certificat médical
obligatoire,
nous consulter)



Danse

au dojo
avec **Sylvain**
mercredi

6/8 ans 13h45 à 14h45
9/10 ans 14h45 à 15h45
11/16 ans 15h45 à 16h45
+ 16 ans et adultes 17h à 18h



Musculation

Salle de musculation
avec **Sébastien**

Salle fermée dernier mercredi
de chaque mois (rappel par SMS)

Lundi	9h 13h30	17h 18h (collégiens en 3ème) 17h 20h30
Mardi	9h-11h30	18h15-20h30
Mercredi	9h-11h30	17h-20h30
Jeudi	9h-11h30	18h15-20h30
Vendredi	9h 13h30	17h30-20h30

Gym Adultes au dojo avec Valérie



Lundi	10h30/12h marche nordique (extérieur) (1er lundi de chaque mois Fit-ball* = pas marche)	12h15/13h15 Body-zen	
Mardi	15h/16h Renforcement musculaire et stretching	18h15/19h cardio-training	19h/19h45 Body-zen (Fit-ball toutes les 2 semaines* = pas body-zen)
Jeudi	11h/12h Renforcement musculaire et stretching	12h15/13h15 Body-zen	

* Fit-ball (planning annuel)

Licence
obligatoire



Gym Enfants avec Valérie



Lundi 16h20/17h20	gym acrobatique débutant (7/8 ans)	au dojo
Lundi 17h20/18h20	Gym pré-ados et ados (+9 ans)	au dojo et gymnase
Mardi 16h20/17h20	Gym éveil et motricité (3/4 ans)	au dojo
Vendredi 16h25/17h25	Les pitchounes acrobates (5/6 ans)	au dojo et gymnase



Pass Sport Club
pour les activités
sportives
1 mois d'essai
pour découvrir l'activité
(production d'un certificat
médical obligatoire,
nous consulter)

Les arts martiaux...

Pass Sport Club
pour les activités
sportives
1 mois d'essai
pour découvrir l'activité
(production d'un certificat médical
obligatoire, nous consulter)



Karaté (à partir de 7 ans)

au dojo

avec Ahmed

Lundi et Jeudi

primaire 18h30 à 19h30

ados / adultes 19h30 à 21h



Self-défense (adultes)

au dojo

avec Ahmed

Mercredi 18h30 à 20h30

Licence
obligatoire

Judo (dès 4 ans*)

au dojo

avec Stéphane

Les mercredis à Queyrac(salle des fêtes)

De 18h15 à 19h15 : 6 à 8* ans inclus

19h15 à 20h15 : 9* ans et +, adultes

Les vendredis à soulac

17h45 à 18h45 : éveil (4*/5 ans) à 11 ans

*visa du professeur obligatoire

18h45 à 20h15 : (+ 12 ans) et adultes

Licence
obligatoire

Sections musicales et artistiques...

Ticket d'essai
pour les sections
musicales et
artistiques :
4.20 € /ticket

Piano

(cours individuel de 30 mn à partir de 8 ans)

au CMCS

avec Michel

Lundi à partir de 15h

Mardi à partir de 17h30

Samedi à partir de 10h

(sur planning, nous consulter)



Peinture sur bois

au CMCS

avec Michèle

Mercredi

14h à 17h



Dessin

Peinture

au CMCS

avec Gauthier

Lundi

15h à 17h30

17h30 à 20h



Peinture sur soie

au CMCS

avec Josette

Mercredi et Jeudi

14h à 17h



sections culturelles ...

**Ticket d'essai
pour les sections
culturelles :
4.20 € /ticket**



Anglais (adultes)
au CMCS
avec **Raymond**
Lundi
de 10h à 12h

**Conversation
Anglaise** (adultes)
au CMCS
avec **Xavier**
Vendredi
de 18h00 à 19h30



Théâtre
à l' église du Jeune Soulac
avec **Sylvie**

+ 16 ans et adultes :
Mardi de 18h30 à 20h

Enfants et ados :
Mercredi 18h30 à 20h

**Club de
Généalogie** (adultes)
au CMCS
avec **Maryse et Christian**
Mercredi
17h à 19h30

Espagnol (adultes)
au CMCS
avec **Xavier**
Vendredi
de 16h15 à 17h45
(Notions requises)



Scrabble (adultes)
au CMCS
avec **Nicole**
Mardi 14h30 à 17h



REGLEMENT INTERIEUR DU CMCS 2018/2019
Le Centre Municipal Culturel et Sportif a pour vocation de permettre à ses adhérents ,
de pratiquer des activités sportives et culturelles du mois de Septembre au mois de Juin (saison scolaire)
Ce règlement peut être modifié durant la saison (une information sur un avenant vous sera transmis par SMS)
1° Chaque personne désireuse de pratiquer une ou plusieurs activités doit s'acquitter d'une carte d'adhérent avant de commencer l'activité choisie. Cette carte nominative doit être conservé et présenté à l'animateur et/ou au secrétariat du CMCS pour paiement des trimestres.
2° Certaines activités entraînent le paiement d'un supplément trimestriel ou annuel à régler en début de chaque période. A défaut de règlement, les adhérents ne pourront plus assister aux activités.
Le montant des suppléments trimestriels ou annuels demandés tiennent compte des périodes de fermeture des vacances scolaires (zone A) et des jours fériés.
3° Les inscriptions et les règlements se font uniquement auprès du secrétariat du CMCS. Chaque adhérent devra remplir un dossier d'inscription avec les pièces demandées pour l'année. Les règlements se font à l'ordre de Régie C.M.C.S. et ont également valeur d'engagement pour l'année. Les inscriptions et règlements sont acceptés du 01/09/2018 au 28/06/2019 inclus.
Pour les activités sportives rattachées à des fédérations sportives, les adhérents devront s'acquitter d'une licence/assurance, à régler à l'inscription (voir tarifs au dos).
4° Pour toutes les activités sportives, ils devront obligatoirement fournir un certificat médical à l'inscription, attestant de la non contre-indication à la pratique du (ou des) sport(s) concerné(s). Ce certificat médical doit être daté de moins de deux mois. Pour les adhérents inscrits à la saison 2017/2018, un questionnaire de santé sera à compléter lors de l'inscription. Pour les adhérents qui dépendent d'une fédération sportive, le certificat médical attestant de la non-contre indication à la pratique du (ou des) sport(s) concerné(s) (daté de moins de 2 mois) reste obligatoire pour certains sports. Renseignez-vous auprès du secrétariat.
5° En cas d'arrêt provisoire ou définitif d'une activité, il est impérativement demandé à l'adhérent de fournir un courrier au secrétariat du CMCS.
ATTENTION : sans ces justificatifs, le Trésor Public poursuivra les appels à cotisation.
6° Pour les enfants mineurs, ils restent sous l'entière responsabilité des parents jusqu'à l'entrée dans les locaux et l'accueil fait par l'animateur de la section. Une autorisation parentale est à fournir lors de l'inscription (nous consulter). Pour les collégiens mineurs (en classe de 3ème uniquement) souhaitant s'inscrire au créneau Musculation Ados, un certificat de scolarité de l'année en cours vous sera demandé à l'inscription. Les collégiens inscrits n'ont pas accès à la salle de Musculation pendant la saison estivale (juillet et août).
7° Mise à part la salle de Musculation (selon affichage) , les autres activités sont suspendues pendant les vacances scolaires (collège, zone A) . La salle de musculation reste ouverte l'été aux horaires CAP 33.
ATTENTION : prière d'amener une serviette de toilette pour protéger les appareils et tapis de sol (muscu, gym relax). Chaussures de sport propres à semelles blanches ou « no-marking » dojo, salle de muscu et gymnase.
Pour le COMPLEXE SPORTIF :
IMPORTANT ! Il est demandé aux adhérents de ne pas arriver plus d'un 1/4 d'heure avant le début des cours, pour permettre au personnel de service de nettoyer les locaux dans les meilleures conditions !!!
Et de rester silencieux pour la tranquillité du cours précédent...
8° Dans le cadre de ses activités, le CMCS de la ville de Soulac-sur-Mer a souscrit un contrat d'assurance « responsabilité civile ». Il en va de même pour la SSC . Il appartient donc aux adhérents de souscrire, auprès de la compagnie de leur choix, une assurance « responsabilité civile » et « individuelle accident ». Il existe également des assurances complémentaires aux licences sportives : si vous êtes intéressés, renseignez-vous auprès du secrétariat du CMCS lors de votre inscription.
RAPPEL : l'assurance « responsabilité civile » couvre les dommages occasionnés à autrui (blessure...) mais en aucun cas les accidents incombant à l'assuré. Sauf si clause particulière...
Par contre, une « individuelle accident » ou « garantie accidents de la vie » vous couvre en cas d'accident.
Le mieux est de vérifier tous ces points avec votre assureur avant de souscrire. Enfin, veiller ne pas confondre licence sportive et assurance...
9° Le programme des activités 2018/2019 est susceptible d'être modifié durant l'année scolaire.
Je soussigné (e) M., Mme; Mlledéclare avoir pris connaissance et accepter les termes du règlement intérieur du CMCS.
Fait àle201.....
Signature :