



PILATES

SAISON 2025 - 2026

Nos cours de septembre à juin

Codes	Jours	Lieux	Horaires	Niveaux	Professeurs
P1	Lundi	Salle expo ACSAC - Maine 2000	12h30 - 13h30	Débutants	Cécile COTTEREAU
P2	Lundi		17h30 - 18h30	Débutants	Julien COUBARD
P3	Lundi	MPT Jean-Moulin	17h30 - 18h30	Tous niveaux	Christophe SERGENT
P4	Mardi	Salle expo ACSAC - Maine 2000	12h30 - 13h30	> 3 ans de pratique	Cécile COTTEREAU
P5	Mardi		17h30 - 18h30	> 3 ans de pratique	Marin DUBUISSON
P6	Mercredi		12h30 - 13h30	Tous niveaux	Christophe SERGENT
P7	Jeudi		12h30 - 13h30	> 4 ans de pratique	Cécile COTTEREAU
P8	-	COURS SUPPRIMÉ			
P9	Vendredi		12h30 - 13h30	Intermédiaires et confirmés	Cécile COTTEREAU

BULLETIN D'INSCRIPTION À DÉCOUPER

Séances (Indiquez 2 choix dans les cases à droite) CHOIX 1 (Code) CHOIX 2 (Code)

NOM : PRENOM : DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE DOMICILE :

CODE POSTAL : VILLE : ANNEES DE PRATIQUE :

☎ TEL. PROFESSIONNEL : TEL. PORTABLE (obligatoire) :

ADRESSE MAIL (Obligatoire/ Ecrire lisiblement) :

SERVICE :

Attestation : oui non

- Si vous ne travaillez pas pour la Ville du Mans, LMM ou le C.C.A.S., indiquez le nom de votre employeur. Si vous êtes en retraite, indiquez « Retraité »
- Si vous êtes conjoint d'agent, indiquez le nom et le service de l'agent concerné
- Si vous n'avez jamais travaillé pour l'une des 3 collectivités (Ville - LMM - CCAS) et que vous êtes en retraite, indiquez « Retraité externe »

Règlement par chèque à l'ordre de l' « ACSAC »,
chèque vacances, carte bancaire

Fait à Le

Signature, précédée de la mention « Lu et approuvé » :

Cotisations
Internes
125 €
Externes
185 €

Demande reçue par l'ACSAC le :

REGLEMENT INTERIEUR DE LA SECTION PILATES

Les adhérents

Les cours de Pilates de l'ACSAC sont en priorité réservés aux internes de la collectivité : agents salariés de la Ville du Mans, de Le Mans Métropole et du CCAS. Les salariés des partenaires des collectivités sont considérés comme externes.

Aptitude médicale

Suite aux décrets des 24 août et 12 octobre 2016, l'ACSAC n'exige plus de certificat médical pour la pratique de ses activités sportives. Cependant, le Conseil d'Administration encourage vivement ses adhérent(e)s à s'assurer auprès de leur médecin qu'ils ou qu'elles n'ont pas de contre-indication à la pratique du Pilates.

Assurances

L'ACSAC a souscrit un contrat collectif d'assurance couvrant la responsabilité civile de tou(te)s ses adhérent(e)s. Ce contrat inclut les blessures causées. Toutefois, chaque adhérent(e) a la possibilité de souscrire en parallèle une assurance couvrant les dommages dont il ou elle se rendrait responsable.

Inscriptions

L'inscription ne sera définitive qu'après validation du niveau de l'adhérent par le bureau et les professeurs.

Toute demande d'adhésion peut être refusée par le Comité de Direction, sans que ce dernier ait à se justifier.

Les cours

Pour assurer l'homogénéité des cours, le professeur pourra imposer des changements de cours (en cas de décalage de niveau d'un inscrit). Si la personne concernée n'est pas d'accord, l'inscription est annulée et les cours remboursés.

Les groupes sont constitués de 14 adhérents maximum.

Si certains cours ne peuvent se tenir, ils seront reportés dans la limite des possibilités calendaires. A défaut, l'adhérent(e) bénéficiera, au prorata du nombre de cours restants, soit d'un remboursement, soit d'un avoir.

En cas de maladie ou d'absence imprévue d'un des professeurs, occasionnant un maximum de deux cours supprimés, les cours ne seront reportés qu'en cas d'accord de l'enseignant et selon ses disponibilités. En cas d'absence plus longue, l'ACSAC pourra proposer un professeur remplaçant ou supprimer le cours avec remboursement au prorata du nombre de séances restantes.

En cas de mutation hors collectivité, de maladie ou de cas de force majeure (justificatifs à fournir) et uniquement dans ces trois cas, l'adhérent(e) pourra demander le remboursement de son inscription. Ce remboursement se fera au prorata du nombre de séances restantes au moment de la demande et après validation par le Bureau de la section Pilates.

Les informations seront en priorité envoyées par courrier électronique aux adhérents.

Ce règlement intérieur de la section Pilates est envoyé ou remis à chaque adhérent lors de la demande d'inscription. Tout(e) adhérent(e), par son inscription, s'engage à le respecter.

A savoir

Attention : Les cours indiqués au recto seront confirmés si le nombre d'inscrits est suffisant.

Cotisations pour environ 30 cours durant la saison, à raison de 1h00 par cours : **125 €** pour les « internes » et **185 €** pour les « externes ».

En cas d'inscription en cours d'année, la cotisation sera calculée au prorata du nombre de cours restants.

Les inscriptions se feront par ordre d'arrivée, en fonction des places disponibles ainsi que du niveau demandé.

Un mail vous sera adressé début septembre, pour confirmer la séance retenue et la date de reprise.

Pièces à fournir

→ La personne retraitée doit fournir une copie de son arrêté territorial de mise en retraite

→ La personne « conjointe » doit fournir un document prouvant sa qualité de conjointe d'une personne active ou retraitée

Contact / Questions
pilates.acsac@gmail.com