

Jennifer

VOTRE AVIS COMPTE POUR MOI !!!

1. Aimeriez-vous voir des activités sportives de type remise en forme au village de Fos ?

OUI

NON

2. Si oui, quels jours vous conviendraient le mieux ?

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

3. Et quels horaires ?

➤ le matin ? _____ ➤ le midi ? _____

➤ l'après-midi ? _____ ➤ le soir ? _____

4. Lesquelles de ces activités aimeriez-vous pratiquer ?

Renforcement musculaire (Tonification des muscles des jambes, cuisses, fessiers, abdominaux, dos, bras, épaules, poitrine)

Pilâtes (Gym douce alliant respiration profonde et mouvements lents afin de renforcer les muscles profonds et améliorer la posture)

Stretching (Etirements et assouplissements des muscles, accompagnés de relaxation en fin de cours)

Cardio dance ou danse aérobique (cours chorégraphiés – une ou plusieurs chorégraphies pendant le cours – sur différents styles musicaux, travaillant le rythme cardio-vasculaire ainsi que la mémoire et la coordination)

5. Seriez-vous disponible pour pratiquer l'une de ces activités durant les vacances scolaires ? OUI NON

6. Voici les tarifs que je pourrais vous proposer pour des cours d'1h. Qu'en pensez-vous ?

➤ **1 cours** ponctuellement : **10€**

➤ **Forfait 1 séance/semaine** : **6,00€/séance**

soit 30€ pour les 5 semaines du 13/09/21 au 16/10/21 (vacances de la Toussaint)

puis 36€ pour les 6 semaines du 08/11/21 au 18/12/21 (vacances de Noël)

➤ **Forfait 2 séances/semaine** : **5,00€/séance**

soit 50€ pour les 5 semaines du 13/09/21 au 16/10/21 (vacances de la Toussaint)

puis 60€ pour les 6 semaines du 08/11/21 au 18/12/21 (vacances de Noël)

➤ **forfait 3 séances et +/semaine** : **4,00€/séance**

soit 60€ pour les 5 semaines du 13/09/21 au 16/10/21 (vacances de la Toussaint)

puis 72€ pour les 6 semaines du 08/11/21 au 18/12/21 (vacances de Noël)

Exprimez-vous au dos de ce document 😊

😊 Je vous remercie d'avoir pris le temps de répondre à ce questionnaire 😊