



Club Sport Détente Mayenne Angevine  
Fédération Française Retraite Sportive  
Mairie de Château-Gontier 53200

C.S.D.M.A. C'est entretenir sa forme et sa santé,  
dans la convivialité et en toute sécurité.



## INSCRIPTION SAISON 2026-2027

☐ RENOUELEMENT – Licence n° \_\_\_\_\_

☐ NOUVEL ADHERENT

**INSCRIPTION ANNUELLE : 56 € (à régler par chèque à l'ordre du CSDMA) :**

28 € pour la FFRS – 5 € pour le CORERS – 6 € pour le CODERS

2,21 € assurance (dont 1,05 € d'assurance optionnelle mais fortement conseillée) – 14,79 € pour le CSDMA

NOM : \_\_\_\_\_

DATE DE NAISSANCE (complète) : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

CODE POSTAL : \_\_\_\_\_ VILLE : \_\_\_\_\_

TELEPHONE : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ ADRESSE MAIL : \_\_\_\_\_

| ACTIVITES GRATUITES |                               | ACTIVITES AVEC PARTICIPATION FINANCIERE |                              |
|---------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------|
|                     | Atelier danse                 |                                         | Aquagym 70 €                 |
|                     | Atelier mémoire               |                                         | Gym sur chaise 80 €          |
|                     | Atelier théâtre               |                                         | Gym d'entretien 80 €         |
|                     | Chant                         |                                         | Gym posturale 80 €           |
|                     | Cyclo                         |                                         | Qi gong (tarif en cours)     |
|                     | Marche nordique               |                                         | Sophrologie (voir sur place) |
|                     | Pétanque                      |                                         | Swin golf (voir sur place)   |
|                     | Randonnée pédestre            |                                         | Yoga 92 €                    |
|                     | Randonnée balade de proximité |                                         |                              |
|                     | Tennis « balle en mousse »    |                                         |                              |
|                     | Tennis de table               |                                         |                              |

**Pour les activités payantes, remettre le chèque libellé à l'ordre du CSDMA au référent de l'activité, lorsque celui-ci vous aura confirmé votre inscription.**

JE RECONNAIS AVOIR PRIS CONNAISSANCE :

DES RECOMMANDATIONS SANTE – REGLEMENT INTERIEUR - DES CONDITIONS GENERALES D'ASSURANCE.

☐ OUI ☐ NON - J'ACCEPTE LE DROIT A L'IMAGE (LES PHOTOS OU VIDEO AINSI QUE LEUR UTILISATION PRESSE ET AUTRES)

Merci de remettre **votre dossier d'inscription COMPLET** dans la boîte aux lettres de :

Maryvonne Séché 6, allée des frênes BAZOUGES 53200 Château-Gontier-sur-Mayenne.

**N'oubliez pas de fournir 8 enveloppes timbrées à votre nom si vous n'avez pas d'adresse mail ou si vous n'avez pas d'imprimante pour l'envoi du bulletin trimestriel et diverses informations du CSDMA.**

Date :

Signature :