

Bulletin d'inscription 2025 – 2026

Un dossier par personne.

Référence adhérent : 25/ _____

Nom Prénom :

Date de naissance (pour les mineurs) :

Adresse

Téléphone :

Courriel :

Activité(s) choisie(s) :

YOGA ENFANT

YOGA

MUSIQUE

SOPHROLOGIE

DANSE MINI KIDS

DANSE KIDS

DANSE EN LIGNE

FITNESS

ZUMBA

DANSE DE SALON

ATELIERS NUMERIQUES

Fait le

Signature :

Réservé au Foyer Pour Tous

Numéro de reçu :

Etablir une facture Numéro :

Rglt : Numéraire CB CV CS CHQ

Montants :

Conditions générales

Le règlement financier comprend :

- ☞ L'adhésion annuelle de 15 euros par personne (une adhésion pour toutes les activités) ;
- ☞ La participation au financement de / des activités choisies (voir barème au dos) ;
- ☞ Sauf la « danse en couple », une réduction de 25% est appliquée sur les activités les moins chères à partir de la 2ème activité et/ou l'inscription de plusieurs personnes d'un même foyer (même nom, même adresse, règlement commun).

Le règlement s'effectue à l'inscription :

- ☞ Soit en une fois, l'année complète, par carte bancaire, chèque ou numéraire ;
- ☞ Soit en trois chèques qui seront encaissés en octobre, janvier et avril ;
- ☞ Les chèques vacances et sports ; les chèques collégiens sport sont acceptés. Attention : le « Pass Sport » de l'Education Nationale n'est pas admissible ;
- ☞ Un reçu vous est remis lors du règlement (facture établie sur demande).

Votre inscription vous engage :

- ☞ pour l'ensemble de la saison 2025 – 2026 (septembre à juin, hors vacances scolaires, soit au moins 30 séances). Il ne sera pas procédé au remboursement .
- ☞ en qualité de membre de l'association, vous êtes convié à l'Assemblée Générale annuelle, le vendredi 19 septembre 2025, à 20H. S'inscrire à fptstriquier@gmail.com

Santé – aptitude physique :

- ☞ Votre inscription aux activités implique que vous vous soyez assuré auprès du corps médical de l'absence de contre-indication à la pratique de ou des activités que vous avez choisies.

IPNS – Juin 2025 – Ne pas jeter sur la voie publique

SAISON

2025 – 2026



DES ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE



Contact :

06 33 37 03 39

fptstriquier@gmail.com

Sur Internet :

fptstriquier.fr

Danse enfant Fitness
Sophrologie Musique
Danse en ligne
Yoga enfant Yoga
Zumba Danse en couple
Initiation à l'ordinateur

Commune de
SAINT-RIQUIER



avec le soutien de

Communauté de Communes
PONTHEU-MARQUENTERRE



BRIE PICARDIE

DANSE DES MINIKIDS (à partir de 5 ans) et des KIDS (jusque 12 ans)

Initiation aux rythmes – Détente

Le mercredi à la Salle des Fêtes

☞ 13H45 pour les MiniKids

☞ 14H45 pour les Kids

Animé par Dounia

Tarif : 30 € par trimestre (Réduit : 22,50 €)



MUSIQUE

Initiation et perfectionnement – jeunes et adultes
Guitare – orgue et piano électrique – accordéon

Le jeudi

17H à 18H15 – 18H15 à 19H30 – 19H30 à 20H45

Animé par Christophe à la Salle Multifonction

Tarif 86 € par trimestre (Réduit : 64,50 €)



SOPHROLOGIE

Respiration, méditation, détente et visualisation
pour plus de sérénité dans la convivialité.

Le lundi de 19H à 20H à la Salle Multifonction.

Animé par Isabelle.

Tarif : 45 € par trimestre (Réduit : 34 €).



YOGA

Renforcement physique en douceur
Détente physique et mentale améliorant le bien-être

Le mercredi de 18H30 à 19H30 à la Salle Multifonction

Animé par Marie

Tarif : 86 € par trimestre (Réduit : 64,50 €)



YOGA ENFANT

Dans un cadre ludique, l'enfant canalise
son énergie tout en développant motricité
et concentration.

Une fois par mois à la salle multifonction
le mercredi, 3 à 5 ans : 9H à 9H45
et 6 à 10 ans : 10H à 10H45

Animé par Marie Lyne

Tarif : 27 € par trimestre (Réduit : 21€)



INITIATION A L'ORDINATEUR

Découverte de l'ordinateur
et de ses applications

Pour débutants et personnes
disposants de quelques notions

Une fois par mois à la Salle Multifonction,
nous contacter (fptstriquier@gmail.com).

Animé par Esprit Ouvert.

L'adhésion au Foyer Pour Tous est demandée.

L'activité est gratuite.



DANSES ados et adultes

Le mercredi à la Salle des Fêtes

DANSE EN LIGNE à 17H

☞ Coordination des mouvements

FITNESS à 18H

☞ Rythmique, cardio - fessier

ZUMBA à 19H

☞ Rythmique, endurance

Animé par Sonia

Tarif 30 € par trimestre (Réduit : 22,50 €)



DANSE EN COUPLE

Pour le plaisir de danser à deux !

☞ Inscription en couple

☞ Le mercredi à la Salle des Fêtes

☞ 20H15 à 22H

Animé par Sonia

Tarif par couple : 99 € par trimestre*

*Soit 4,95 € par personne / séance de 1H45 !



Pour maintenir une bonne santé, il est conseillé de pratiquer une activité au minimum 30 minutes par jour.

Plusieurs des activités proposées par le Foyer Pour Tous sont recommandées pour concilier détente – forme physique et équilibre mental.

N'hésitez pas à en parler à votre médecin pour aider à votre orientation sur les activités qui vous conviennent le mieux.