



DESCRIPTIF

L'Asma 35 vous propose un cours d'aquagym (au choix le mardi midi ou le jeudi midi) avec un éducateur sportif diplômé «BEES Métiers de la Forme et BEESAN» (groupes de 20 à 30 personnes).

L'aquagym est un sport complet qui fait travailler de nombreux muscles (abdominaux, fessiers, cuisses, bras, épaules...). Les bienfaits sont à la fois d'ordre esthétique et du domaine de la santé.

Contrairement à la majorité des sports, les risques de blessure liés à la pratique de l'aquagym sont minimes : la pression de l'eau évite les chocs, minimise les risques de courbatures, de claquages et d'élongations musculaires. Ce sport est sans danger pour les articulations, car il n'y a pas d'impact avec le sol.

NB : **disposer d'une carte KorriGo services**, c'est-à-dire avec, au verso, votre photo et les 4 pictogrammes des services (parking relais, métro, bus, guichet), afin de passer le contrôle d'accès via les tripodes de la piscine.

Seulement après validation de votre inscription par l'Asma 35, il vous sera demandé de créer en ligne votre compte personnel sur Billetterie des piscines de Rennes : [Connexion au compte | Billetterie des piscines de Rennes](#). Vous devrez ensuite vous présenter, avec votre carte KorriGo, à la piscine de Villejean pour qu'elle paramètre votre accès au cours d'aquagym auquel vous êtes inscrit.

LIEU

Nouvelle piscine de Villejean-Rennes,

1 parvis François André (ex 1 bis avenue Winston Churchill), à Rennes (station de métro Villejean-Université ou J.F. Kennedy, lignes de bus C4, 12 ou 14, arrêt Villejean-Churchill)

DATES ET HORAIRES

Le mardi, de 12 h 15 à 13 h (45 minutes de cours), de fin septembre à mi-juin

(30 cours, premier cours le mardi 22 septembre 2026, pas de cours pendant les vacances scolaires)

Arriver maximum 15 minutes avant l'heure de début des cours afin de se changer (cheveux longs attachés, bonnet de bain, pas d'autre vêtement que le maillot de bain, propre, au tissu spécial baignade et non porté juste avant), afin de prendre une douche savonnée et de passer obligatoirement par les pédiluves avant l'accès au bassin.

PRIX

Prix coûtant (sans subvention)	Prix Asma 35 (subventionné)
101 €	50 € (± 50 % pris en charge par l'Asma 35)

INSCRIPTION

Date limite de réception du dossier d'inscription : Lundi 24 aout 2026

Lors de votre inscription, merci de nous remettre obligatoirement les documents suivants :

1. La **fiche d'inscription** complétée (page 3)
2. Le **règlement** par chèque(s) bancaire(s) à l'ordre de Asma 35 ou/et par chèques vacances (*envoi en recommandé si chèques vacances*)
3. Le **certificat médical** de moins d'un an ou déclaration sur l'honneur (article 16 du règlement intérieur)



CONDITIONS ET PRIX

CONDITION DE MISE EN PLACE DE L'ACTIVITÉ

Minimum 5 participants, maximum 30 participants par cours (mardi ou jeudi).

Extrait de l'article 12 du règlement intérieur : *l'activité est automatiquement annulée si le nombre d'inscrits est inférieur à 5.*

Extrait de l'article 14 du règlement intérieur : *la liste des participants à une activité est arrêtée par la commission compétente qui veille au respect des critères de sélection applicables en cas de dépassement du nombre maximum de participants pour l'activité.*

CONDITION DE REMBOURSEMENT

Pas de remboursement possible, sauf motif justifié (médical, mutation géographique).

Extrait de l'article 16 du règlement intérieur : *les remboursements ne sont possibles que dans les deux cas suivants :*

- *Pour raison médicale sur présentation d'un justificatif,*
- *En cas de mutation géographique sur présentation de l'arrêté de mobilité.*

Ils sont effectués au prorata du nombre de séances restant à effectuer.

SUBVENTION

Les activités proposées par l'Asma 35 sont subventionnées. La subvention est réservée aux agents rémunérés par le ministère de l'Agriculture et aux agents de l'Audas (ASP), organisme sous convention avec l'Asma nationale, ainsi qu'à leurs ayants droit (conjoint et enfants fiscalement à charge), aux agents de l'Anses Le Rheu, organisme sous convention avec l'Asma 35, et leurs ayants droit et aux retraités du ministère de l'Agriculture et leurs ayants droit. D'autres membres de la famille ou des personnes extérieures peuvent participer aux activités, mais sans bénéficier de la subvention et en fonction des places restantes.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Pour plus d'informations, contacter :

Guy Fontenelle

06 79 81 77 58

gfonfon35@gmail.com



FICHE D'INSCRIPTION INDIVIDUELLE

COORDONNÉES DE LA PERSONNE ADHÉRENTE À L'ASMA 35

Nom	Prénom	Actif ☐	Retraité ☐
Employeur ou ancien employeur à la date du départ à la retraite	ANSES Le Rheu ☐	ASP (Audas) ☐	DDPP ☐
	DRAAF ☐	DREAL ☐	DDTM ☐
	EPLEFPA Le Rheu ☐	L'Institut Agro Rennes-Angers ☐	EPL St Aubin du Cormier ☐
		Autres (FAM, INRAE, Éducation nationale, extérieur), précisez :	LPM St Malo ☐

COORDONNÉES DE LA PERSONNE À INSCRIRE À L'ACTIVITÉ

Nom	Prénom	Date de naissance
Lien avec l'adhérent-e	Lui-même ☐	Conjoint/Concubin ☐
	Enfant ☐	Autre ☐
Adresse personnelle		
Code postal	Ville	
Tél. fixe ou portable perso.	Tél. pro. direct	
Email pro de contact pour l'activité		
Email perso de contact pour l'activité		
N° carte KorriGo		
Personne à prévenir en cas d'urgence		Tél.

CERTIFICAT MÉDICAL

Fournir certificat médical **de moins d'un an** de non contre-indication ou écrire, ci-après, de façon manuscrite : « Je déclare sur l'honneur être en possession d'un certificat médical de non-contre-indication, datant de moins d'un an, à la pratique de l'aquagym »

RÈGLEMENT

Indiquez le montant total de votre participation €

Paiement en 1 fois Par chèque bancaire (ordre Asma 35) ☐ Par chèques vacances (envoi en recommandé) ☐

INSCRIPTION À RENVOYER À L'ORGANISATEUR DE L'ACTIVITÉ

Guy FONTENELLE
28 rue de Locmariaquer
35700 RENNES

Mentionner sur l'enveloppe :
« Personnel – Confidentiel »

Votre participation ne sera enregistrée qu'après réception de tous les documents demandés en page 1

Intéressé par du covoiturage Non ☐ Oui ☐ Au départ de

J'autorise l'Asma 35 à diffuser les photos pour sa communication (site internet notamment) Oui ☐ Non ☐

J'atteste l'exactitude des informations ci-dessus. De par mon adhésion, j'accepte sans aucune réserve tous ses termes et m'engage à les respecter.

Fait à **Signature** (si personne mineure, signature du parent ou du responsable légal)

Le