



Bulletin d'adhésion

Année 2025-2026

PILATES ET BARRE AU SOL

NOM & Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

.....

Téléphone :

E-mail :

**Entourez les options
choisies
S'il vous plaît**

Formule choisie :

- Abonnement annuel un cours / semaine / créneau fixe réservé : 360€
- Abonnement deux cours / semaine / créneaux fixes réservés : 480€

Lundi	☐ 9h00 mat 1-2	☐ 10h mat 1
Mardi	☐ 18h00 mat 1-2	☐ 19h00 mat 2
Mercredi	☐ 18h00 mat 1	☐ 19h barre au sol (tout niveaux)
Jeudi	☐ 9h00 mat 1-2	☐ 18h00 mat 1 ☐ 19h00 mat 2

- Carte de 10 cours : 150€
- Cours à l'unité : 18€
- Cours en visio : 180€

A ne pas oublier :

- La licence annuelle à la Fédération Française Sport pour Tous : 35€ (assurance comprise)
- L'adhésion annuelle à l'association Catouch Form : 20 euros

Règlement choisi :

- Paiement en : une fois - 3 fois - 6 fois - 10 fois

Mode de règlement choisi :

- Chèques, espèces, virements

Le certificat médical d'aptitude à la pratique du Pilates est obligatoire (valable 3 ans).

Date et signature :

Complexe Sportif Jean-Jacques Marcel
5 Bd Just Marie Raynouard, 83170 BRIGNOLES

catouch.form@gmail.com
+33 6 87 22 88 00

Association loi 1901
SIRET N°829 289 941 00025
Identification R.N.A. : W771004691

www.catouchform.wixsite.com/catouchform



TARIFS

Année 2025-2026

**Cours d'essai
5 euros**

Cours collectifs 8 à 10 pers. - Complexe sportif Jean Jacques Marcel Brignoles (à côté du Vabre)

- Cours à l'unité : 18€
- Carte de 10 cours : 150€ Validité 6 mois (date d'achat)
- Abonnement annuel : à partir du 08/09/2025 au 20/06/2026 pour 30 semaines de cours

- un cours / semaine / créneau fixe réservé : 360€
- deux cours / semaine / créneaux fixes réservés : 480€

Cours individuel - tapis & machines - sur rendez-vous

- Cours à l'unité : 60€
- Carte de 10 cours : 500€

Cours en ligne - sur Zoom

- Forfait annuel 30 semaines de cours : 180€

A ces tarifs il convient d'ajouter (sauf pour les cours à l'unité) :

- La licence annuelle à la Fédération Française Sport pour Tous : 35€ (assurance comprise)
- L'adhésion annuelle à l'association Catouch Form : 20 euros

Gratuité pour les formules abonnements :

- En plus du ou des cours compris dans l'abonnement, possibilité de réserver d'autres cours en sus dans la semaine sous réserve de places disponibles
- Les cours en visio sont accessibles gratuitement

Formule carte de cours ou cours à l'unité :

- La réservation des cours en présentiel est obligatoire sur le site de réservation
- Tout cours réservé non annulé 24h avant le début du cours sera décompté automatiquement (formule carte de cours).

Règlement par chèque à l'ordre de Catouch Form, espèces, virement ou chèques vacances.



**Complexe Sportif Jean-Jacques Marcel
5 Bd Just Marie Raynouard, 83170 BRIGNOLES**

**catouch.form@gmail.com
+33 6 87 22 88 00**

www.catouchform.wixsite.com/catouchform



PLANNING

Année 2025-2026

Cours collectifs 8 à 10 pers. - Complexe sportif Jean Jacques Marcel Brignoles (à côté du Vabre)

- Lundi 9h00 mat 1-2 et 10h00 mat 1
- Mardi 18h00 mat 1-2 et 19h00 mat 2
- Mercredi 18h00 mat 1 et 19h barre au sol (tout niveaux)
- Jeudi 9h00 mat 1-2, 18h00 mat 1 et 19h00 mat 2

Mat 1 : niveau débutant
Mat 1-2 : niveau intermédiaire
Mat 2 : niveau moyen

Cours en ligne - visio Zoom

- Vendredi 9h00 tout niveaux
- Samedi 9h30 tout niveaux

Cours individuel sur rendez-vous (tapis & machines)

*Réservation
sur notre site internet*

<https://catouchform.com/reservation/wp-login.php>

REPRISE LE 08 SEPTEMBRE 2025

Ce planning est susceptible d'évoluer en fonction du nombre d'élèves. 1h00 de cours par séance.

**Complexe Sportif Jean-Jacques Marcel
5 Bd Just Marie Raynouard, 83170 BRIGNOLES**

**catouch.form@gmail.com
+33 6 87 22 88 00**

www.catouchform.wixsite.com/catouchform