



Inscription

Saison 2025 - 2026

NOM :

Prénom :

Adresse :
.....
.....

Téléphone mobile : Fixe :

E-mail (merci d'écrire **très lisiblement**) :

ADHÉSION AU DOJO RENNAIS (si vous vous y entraînez) : 10 € par année (**attention : paiement séparé**).

COTISATION – Donne accès à tous les cours (le cours d'essai est gratuit).

Annuelle* : 250 €

Mensuelle : 40 €

- Le [dispositif SORTIR de la ville de Rennes](#) (et communes associées) est applicable.
- Paiement en plusieurs fois possible pour la cotisation annuelle (hors dispositif SORTIR).
- Étudiant, demandeur d'emploi, personne à faible revenu, famille, mineur (sur justificatif) : **-20%**.

Cours de Systema à l'unité – collectif : **20 €**, particulier (sur rendez-vous) : **50 €**

Cours de respiration (Parc des Gayeulles, lundi de 10h à 11h) : **annuel* : 100 €**

Je ne souhaite pas apparaître sur les éventuelles photos et vidéos.

DOCUMENTS À FOURNIR	SIGNATURE
1 photo pour les nouveaux adhérents. 1 certificat médical d'aptitude à la pratique du Systema. Le règlement de la cotisation (forfait ou cours). La présente fiche d'inscription remplie.	

TENUE & MATÉRIEL	HORAIRES
<ul style="list-style-type: none">▪ Tenue d'entraînement libre.▪ Éventuellement :<ul style="list-style-type: none">– chaussures de sport très propres pour les cours en salle,– petite pharmacie d'appoint (bobologie). <p>Couteaux, kerambits, bâtons longs et courts, yamaras et pistolets sont mis à disposition pendant les cours en fonction du thème travaillé.</p>	<p>Parc des Gayeulles (zone Nord) : Lundi : 10h – 11h30</p> <p>Dojo Rennais - salle Yoga (zone Sud) : Mardi : 20h30 – 22h Jeudi : 20h30 – 22h</p>

Courriel : systema.bretagne@gmail.com

Site Internet : <https://www.systema-bretagne.com/>

Facebook : <https://www.facebook.com/systemabretagne/>

Mobile : 07 66 31 98 90



* Pas de remboursement de la cotisation annuelle, sauf indication médicale.