



# Nordic Charente

[www.nordic-charente.fr](http://www.nordic-charente.fr)

## Marche Nordique

### Demande de séance d'initiation 2018



*Cette séance est destinée aux personnes ayant l'intention d'adhérer à notre association en pratiquant correctement la marche nordique.*

*La séance d'initiation est obligatoire pour une première adhésion à Nordic Charente.*

Nom : ..... Prénom .....

Date de naissance : ..... Taille : (pour prêt des bâtons). .....

Adresse : .....

.....

Téléphone : ..... Portable : .....

E. Mail **lisible** : .....

Cocher la case qui vous correspond le mieux (pour créer un groupe homogène)

Je pratique un sport.....

Je pratique une activité physique régulièrement.....

Je pratique une activité physique occasionnellement.

Je suis en bonne santé, plutôt sédentaire.....

Je demande à Nordic Charente de m'accueillir pour une séance d'initiation à la Marche Nordique. Je certifie être en bonne santé et ne pas me connaître de contre indication à la pratique de la marche nordique.

J'ai eu des problèmes de santé qui justifient une prise en charge particulière.

**Initiation spécifique**  
(voir notice bien-être)

Je suis informé(e) qu'il me sera demandé une contribution aux frais de 10 €, qui me sera déduite de ma cotisation si j'adhère dans un délai de 1 mois après l'initiation.

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom : ..... Prénom : ..... Tel : .....

Mes périodes de disponibilité dans la semaine pour le rendez-vous initiation :

.....

Date : ..... Signature obligatoire :

- Mon meilleur contact : mail, tel, sms (entourer votre choix)

Compte rendu animateur : fait le .....

.....

.....

.....

A renvoyer à Jean Jacques Maguerez, 12 rue Anatole France 16340 l'Isle d'Espagnac

Tel 05 45 68 02 89 mob 06 04 159 169 E Mail : [maguerez16@gmail.com](mailto:maguerez16@gmail.com)