BULLETIN D'INSCRIPTION 2023-2024

RESPONSABLE DE L'INSCRIPTION

☐ Je suis une agent en activité ou retraité, ou un adulte extérieur qui renouvelle une adhésion

☐ Je suis un adulte extérieur

Nom, prénom, service du parrain :

Nom, prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

téléphone : ..... Courriel : .....

Employeur/collectif : .....

Nom, prénom	Date de naissance	Sport(s) pratiqué(s)	Adh.	Fonct.

J'ai lu et accepte le règlement disponible sur le site de l'association asmbrest.sportsregions.fr

Date : Signature :

VOTRE DOSSIER COMPLET

. **Le règlement** = adhésion(s) + les frais de fonctionnement

. **Le certificat médical :** à fournir pour une 1ère inscription, celui-ci est valable 3 ans sous conditions. Pour savoir si vous devez nous fournir un certificat tous les ans, vous devez remplir le questionnaire de santé pour le renouvellement de l'inscription.

. **Pour les mineurs, fournir une attestation de questionnaire de santé.**

. **La photo d'identité obligatoire pour les sections :** foot en salle, musculation, pétanque, tir

Inscription en ligne ou par voie postale ou à l'accueil de l'ASMB.

TARIFS

Pour tous,
une **ADHÉSION**

Mineur 25 €
Majeur 40 €

+

DES FRAIS DE FONCTIONNEMENT

. Aquagym	70 €
. Badminton	5 €
. Cardio combat	70 €
. Course à pied	35 €
. Foot en salle	5 €
. Golf	35 €
. Méditation	70 €
. Multisports	5 €
. Musculation	35 €
. Natation adulte	70 €
. Natation enfants - ados	45 €
. Padel	5 €
. Pétanque	5 €
. Pilates	70 €
. Tir *(contacter le responsable)*	
. Voile	120 €
. West Coast Swing	90 €
. Yoga	90 €

La grille tarifaire pour les extérieurs est accessible sur le site de l'association asmbrest.sportsregions.fr

LE PAIEMENT

par chèque, espèces, chèque ANCV, coupon SPORT ANCV ou paiement en ligne sécurisé.

LES AIDES

Pour vos enfants :
contacter le COS pour bénéficier de COUPONS SPORT ANCV.

Pour les adultes inscrits au COS :
Suite à votre inscription à l'ASMB, le COS vous reverse une aide de 10 euros sur votre compte bancaire.

Aquagym
Badminton
Cardio combat
Course à pied
Foot en salle
Golf
Méditation
Multisports
Musculation
Natation enfants
Natation adultes
Padel
Pétanque
Pilates
Danse en couple
Tennis
Tennis de table
Tir
Voile habitable
Voile légère
West Coast Swing
Yoga
Zumba

Egalement :
Jeux Métropolympiques 2024,
Sors de ta boîte,
challenges inter services,
after work sportifs,
challenge des mairies voile,
fête de la natation,
stages de natation enfants

ASMB
ASSOCIATION SPORTIVE METROPOLITAINE BRESTOISE

SAISON 2023 2024

PLUS SIMPLE, PLUS RAPIDE, PRIVILÉGIEZ
L'INSCRIPTION EN LIGNE
Paiement + certificat médical
VIA LE SITE ASMBREST.SPORTSREGIONS.FR

également sur le site tous les détails concernant nos activités
l'ASMB est accessible aux retraités de Brest métropole

ASMB - 26 rue Camille Desmoulins - 29200 Brest
02 98 33 59 20 - asmb@brest-metropole.fr
asmbrest.sportsregions.fr
www.facebook.com/asmcb/

FORME - SANTE - BIEN ÊTRE

CARDIO COMBAT A + 16
LUNDI À 17H45
Gymnase Tissot - rue Commandant Tissot à Brest
asmb@brest-metropole.fr • 02 98 33 59 20

MÉDITATION A + 16
Jeudi à 18h - Ecole de Kerhallet à Bellevue
gaelle.guilmard@mairie-brest.fr

MUSCULATION A
Pratique libre le midi, fin de journée et samedi matin
Salle de musculation du gymnase de kerallan
christophe.pere@brest-metropole.fr

PILATES A + 16
. **Lundi à 12h30** - CCAS . 257 rue Jean Jaurès Brest
valerie.picolo@ccas-brest.fr
. **Mardi à 12h45** - Salle B10 - Hôtel de métropole
valerie.denis@brest-metropole.fr • 02 98 00 84 36
. **Jeudi à 12h15** - Direction Espaces verts à Kergaradec
espaces-verts@brest-metropole.fr
. **Jeudi à 12h30** - Centre social de keredern « les amarres»
anne.kerouanton@mairie-brest.fr
. **Jeudi à 12h30** -Salle B10 - Hôtel de métropole
valerie.denis@brest-metropole.fr • 06 08 55 11 77
. **Vendredi à 11h30 ou 12h30** - Médiathèque des Capucins
cecile.robert@mairie-brest.fr

YOGA A + 16
Vendredi 12h15-13h15 - Salle du PL Guérin
margaux.le-henaff@brest-metropole.fr

ZUMBA A + 16
vendredi midi (sous réserve, infos en septembre)

SPORTS AQUATIQUES

Séances d'initiation et perfectionnement
Multisports aquatique à partir de 10 ans

AQUAGYM A + 16
mercredi 12h15 ou samedi à 12h ou 12h45 - Piscine Foch
christelle.grinsard@brest-metropole.fr

NATATION ADULTE A
Lundi et jeudi 12h15 ou 13h - Piscine Recouvrance
lundi à 20h45 - Piscine Kerhallet
guillaume.chevalier@brest-metropole.fr
serge.le-bot@brest-metropole.fr

NATATION ENFANT ET ADO E/6a
samedi matin (3 créneaux entre 9h30 et 12h) - Piscine Foch
josselyn.valette@brest-metropole.fr
christophe.dubois@brest-metropole.fr

SPORTS COLLECTIFS

FOOTBALL EN SALLE A + 16
Foot en salle à 5 FSGT
Matchs de championnat en soirée en semaine
asmb@brest-metropole.fr • 02 98 33 59 20

MULTISPORTS A + 16
Lundi à 20h15 - Gymnase de Lanroze
Ambiance et convivialité au programme
mikael.queau@brest-metropole.fr • 07 83 83 28 71

PADEL A
Entraînement, jeu libre
Lundi et vendredi 12h-14h - au TCB à keredern
loic.thomas@ccas-brest.fr • 06 33 31 73 21

PETANQUE A + 16
Entraînement et championnat FSGT
Boulodrome de Gouesnou et de Brest Keredern
Loisirs et entrainements : 18h à 20h en septembre
Compétition : 19h à partir d'octobre
asmbheadbutt@gmail.com

WEST COAST SWING ET DANSE EN COUPLE (ROCK, CHACHA, TANGO ET VALSE) A
Apprentissage et perfectionnement
Jeudi 12h15 - au PLGuérin
Lundi soir *(sous réserve)*
jean-denis.marin@mairie-brest.fr

SPORTS NAUTIQUES

SECTION VOILE (CROISIÈRE, LÉGÈRE, RÉGATE) A

. **VOILE HABITABLE CROISIÈRE**
A la journée ou sur plusieurs jours
julien _le_gall@hotmail.com

. **VOILE LÉGÈRE**
le samedi et dimanche matin
sorties le mercredi soir de mai à septembre
Formation d'initiation possible
Centre nautique du Moulin Blanc
julien.sichler@brest-metropole.fr • 02 98 34 30 41

. **VOILE HABITABLE REGATE**
Tous niveaux, entrainements et régates
helene.triboy@brest-metropole.fr • 06 24 37 75 67

SPORTS INDIVIDUELS

BADMINTON A + 16
Entraînement, jeu libre
et compétition loisirs par équipe en Ufolep
Lundi à 20 h - à Foch
Jeudi à 20 h 30 - à jacquard
quentin.chiron1@brest-metropole.fr • 06 66 06 96 07

COURSE À PIED A + 16
Entraînements tous les mardis et jeudis à 12h15
Participations groupées aux courses
Mardi : 1 semaine sur 2 avec coach - piste du petit Kerzu
et 1 semaine sur 2 en libre - au gymnase Foch
Jeudi - au gymnase Foch
erwan.beaugendre@brest-metropole.fr • 02 98 33 50 93
anne-helene.cariou@brest-metropole.fr • 02 98 33 53 00

GOLF A
Initiation, entraînement, parcours 6 trous
Mercredi de 17h à 20h
Jeudi de 12h à 13h30
Terrain de la marine à côté du SHOM
Pour les licenciés FFG, participation au championnat golf entreprises Bretagne
Yannick GUILLERM • 02 98 00 84 36
daniel.joncqueur@brest-metropole.fr

TENNIS A + 16
. **FSGT :** Entraînements le lundi à 18h
au gymnase du petit kerzu et matchs en semaine en soirée
. **INTER ENTREPRISE :** matchs en semaine en soirée
au gymnase de la marine
Tennis FFT : lenaic.blandin@mairie-brest.fr • 06 95 55 54 23
Tennis FSGT : Jérôme Bénard • 06 84 18 66 48

TENNIS DE TABLE A + 16
Jeu libre et participation au championnat par équipe mixte FSGT :
Jeudi à 20h30 et dimanche à 10h - Gymnase Buisson
Jean-Claude MORLON • 06 84 19 61 83

TIR A
Tir sportif, gros calibre, tir 4. plomb
Stand Port de Commerce de Brest
Stéphane LE LANN • 06 28 04 64 19

A adulte | + 16 + 16 ans accompagné d'un parent | E/6a Enfant à partir de 6 ans