

# BULLETIN D'ADHESION – ANNEE 2026

## AFR de Bouchemaine

L'adhésion à Familles Rurales est obligatoire pour pratiquer toute activité proposée par l'association de Bouchemaine. Elle s'élève à 28 € **pour une famille** de Bouchemaine (supplément de 8 € pour les personnes hors commune)

Etiez-vous déjà adhérent à l'AFR de Bouchemaine lors de la saison précédente ? → oui non

Vous avez pris votre carte dans une autre ville. Indiquez laquelle .....

Règlement de l'adhésion par chèque libellé à l'ordre de **Familles Rurales Bouchemaine**

de 28€ ou 36€ (faire un chèque à part; l'agrafer en bas de la feuille à gauche)

### Informations personnelles demandées par la Fédération (si vous êtes en couple, indiquer le nom de M et Mme)

Mr / Nom .....	Prénom .....	Date de naissance .....
Mme / Nom .....	Prénom .....	Date de naissance .....
Adresse complète .....	Ville .....	C. postal .....
N° de portable .....	Tél.fixe (si vous n'avez pas de portable).....	
Adresse e-mail.....(écrire très lisiblement)		
situation de famille : célibataire      marié(e)      veuf(ve)      divorcé(e)      pacsé(e)      union libre		

**Important :** J'autorise l'association Familles Rurales à prendre des photos ou à faire de courtes vidéos pendant les activités. Celles-ci pourront être utilisées lors de l'Assemblée Générale ou pour illustrer le site de l'Association ou la plaquette annuelle ou lors de la publication d'un article dans le journal 049. En aucun cas, elles ne seront diffusées sur les réseaux sociaux.

oui                non                Date \_ \_ / \_ \_ / \_ \_                signature .....

### PARTICIPATION AUX ACTIVITES ADULTES

#### Ce tableau ne peut servir de fiche d'inscription

Activités	M.	Mme	Activités	M.	Mme
Fitness			Yoga du Rire		
Stretching mercredi			Atelier Couture débutants		
Stretching jeudi			Atelier Couture Initiés		
Gym douce			Danses de société		
Sports collectifs			Peinture sur porcelaine		
Gym Pilates mardi 11h15 ou mardi 12h30 <i>Surligner votre choix</i> ou Jeudi midi			Tarot Scrabble		
Gym adaptée Séniors			Peintres de l'Abbaye		
Gym adaptée Séniors avec Marche			Club du Jeudi		
Hatha Yoga doux sur chaise			Marche douce		
Hatha Yoga 1 <sup>er</sup> niveau ou 2 <sup>ème</sup> niveau			Sophrologie		

### PARTICIPATION AUX ACTIVITES ENFANTS

Activités	Nom de l'enfant	Prénom de l'enfant	Date de naissance
Hip-Hop cours 1 (débutants)			
Hip-Hop cours 2 (confirmés)			