



BULLETIN D'ADHÉSION

► INFORMATIONS DE L'ADHÉRENT(E)

Nom		Prénom	
Date de naissance		Lieu de naissance	
Adresse		Code Postal / Ville	

► COORDONNÉES

Téléphone		Email	
Tél. urgence		Personne à contacter	

CHOIX DES COURS — PLANNING 2026-2027

Chez Express Yourself, ton adhésion, c'est bien plus qu'une inscription.

Elle inclut tous tes costumes de scène — spectacles, showcases, événements — sans surprise en cours d'année. Parce que danser, ça se vit pleinement, du premier cours jusqu'aux feux de la rampe.

LUNDI			
📍 Salle 2			
17h30-18h30	Ragga Dancehall	Enfants	☐
18h30-19h30	Ragga Dancehall	Jeunes	☐
19h30-21h00	Ragga Dancehall	Adultes	☐
MARDI			
📍 Salle 1			
12h30-13h30	Réveil Musculaire	Adultes	☐
14h30-15h30	Mardi en Mouvement	Adultes	☐
17h00-18h00	Urban Style	Enfants	☐
18h00-19h30	Urban Style	Jeunes/Adultes	☐
19h30-21h00	Heels Révélation	Adultes	☐
MARDI			
📍 Salle 2			
16h45-17h45	Rendez-vous Tutus	Enfants	☐
17h45-18h45	Pompoms Dance Enfants/ jeune	Enfants	☐



19h00-20h30	Lyrical	Adultes	☐
MERCREDI			
📍 Salle 1			
13h30 -14h30	Initiation Académique	Eveil	
14h30-15h30	Néo Ballet	Jeunes	☐
15h30-16h30	Comédie Musicale	Jeunes	☐
16h30-17h30	Mon Premier Cabaret	+14 ans	☐
JEUDI			
📍 Salle 1			
17h00-18h00	Comédie Musicale	Éveil	☐
18h00-19h00	Comédie Musicale	Enfants	☐
19h00-20h30	Cabaret Show Girls	Adultes	☐
20h30-22h00	Comédie Musicale	Adultes	☐
 VENDREDI			
📍 Salle 2			
12h00 -12h45	Comédie Musicale	Éveil	
12h45-13h30	Comédie Musicale	Enfants	☐
📍 Salle 1			
18h30-20h00	Néo Ballet	Jeunes/Adultes	☐
20h00-21h00	Fun Dance	Jeunes/Adultes	☐

TARIFS SAISON 2026-2027

ÉVEIL (2 ans ½ - 5 ans)			
	FORMULE	TARIF	TARIF + Adhésion
☐	1 cours / semaine	200,00 €	230,00 €
☐	2 cours / semaine	285,00 €	315,00 €
	Frais d'adhésion : 30 € (10 € inscription + 20 € costumes)		
	Cours d'essai : 5 €		
ENFANT (6 - 12 ans)			
	FORMULE	TARIF	TARIF + Adhésion
☐	1 cours / semaine	220,00 €	250,00 €
☐	2 cours / semaine	350,00 €	380,00 €
☐	Cours illimité	435,00 €	465,00 €



JEUNE (12 - 16 ans)			
	FORMULE	TARIF	TARIF + Adhésion
☐	1 cours / semaine	240,00 €	270,00 €
☐	2 cours / semaine	390,00 €	420,00 €
☐	Cours illimité	485,00 €	515,00 €
ADULTES (+16 ans)			
	FORMULE	TARIF	TARIF + Adhésion
☐	1 cours / semaine 1h	200,00€	215,00 €
☐	1 cours / semaine 1h30	275,00 €	305,00 €
☐	2 cours / semaine	420,00 €	450,00 €
☐	Cours illimité (hors stages et cours mensuel)	520,00 €	550,00 €
☐	1 Stage 4h de cours	70,00 €	
☐	5 Stages 4h	320,00 €	
☐	Option Stage – paiement 3 fois sans frais	107,00 €	
📅 DATES DES STAGES (4h – Horaires à venir)			
• 20 septembre 2026		• 08 novembre 2027	
• 17 janvier 2027		• 07 février 2027	
• 14 mars 2027		• 23 mai 2027	
Les codes promo ne s'applique pas sur les stages			

OFFRES & RÉDUCTIONS

⚠ Les réductions ne sont pas cumulables entre elles.

CONDITIONS DE RÉDUCTION			
☐	📅 Inscription avant le 31 août	- 5 %	
☐	🏠 Partenariat Salle 2	Frais adhésion offert	
☐	💛 Partenariat Tuum	- 5 %	
☐	👨‍👩‍👧 2 personnes de la même famille	- 5 %	
☐	👨‍👩‍👧 3 personnes ou + de la même famille	- 10 %	

Suivant les réductions, un justificatif peut être demandé (inscription école, copie livret famille...)

Nos cours ont lieu dans des espaces spécialement loués et aménagés pour la danse, afin de vous offrir les meilleures conditions de pratique

Tarif de base	_____ €	Réduction applicable
Montant de la réduction	- _____ €	TOTAL NET : _____ €



MODALITÉS DE PAIEMENT

CHOISISSEZ VOTRE MODE DE RÈGLEMENT		
☐	Païement comptant <i>Règlement intégral à l'inscription</i>	Chèque / Espèces / Virement / CB
☐	Païement en 10 fois <i>Prélèvement mensuel de septembre à juin</i> Montant mensuel : _____ €	RIB à joindre obligatoirement
☐	Païement trimestriel <i>3 versements : septembre / décembre / mars</i> Montant / trimestre : _____ €	3 chèques à remettre à l'inscription

i En cas de paiement fractionné, le 1er versement est dû à l'inscription.

► RÉCAPITULATIF & SIGNATURE

Formule choisie	
Mode de paiement	☐ Comptant ☐ 10x sans frais ☐ Trimestriel
Montant total réglé	_____ €

<i>Je soussigné(e) certifie l'exactitude des informations fournies et reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'association. Fait à : _____</i>	Le : _____
Signature de l'adhérent(e) ou responsable légal :	



AUTORISATION DROIT À L'IMAGE

Dans le cadre des activités organisées par l'association EXPRESS YOURSELF – Arts de la Scène, des photographies et/ou vidéos peuvent être réalisées lors des cours, spectacles, stages et événements.

► IDENTITÉ

Nom et Prénom de l'adhérent(e) : _____

Date de naissance : _____

Nom et Prénom du responsable légal (si mineur) : _____

► AUTORISATIONS

Cochez votre choix pour chaque support :

Site internet et réseaux sociaux (Facebook, Instagram...)	☐ Autorisé(e)	☐ Refusé(e)
Supports de communication (affiches, flyers, plaquettes)	☐ Autorisé(e)	☐ Refusé(e)
Presse locale et médias	☐ Autorisé(e)	☐ Refusé(e)
Supports internes & pédagogiques (albums photos, montages souvenirs)	☐ Autorisé(e)	☐ Refusé(e)

 Toute utilisation commerciale à titre onéreux est exclue. Cette autorisation est valable pour la durée de l'adhésion et peut être révoquée à tout moment par courrier adressé à l'association.

Fait à : _____	Le : _____
Signature (+ mention « Lu et approuvé ») : 	



CERTIFICAT MÉDICAL et FICHE SANTÉ

Conformément à la réglementation, un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la danse est obligatoire pour toute première inscription ou reprise après arrêt médical.

► IDENTITÉ

Nom et Prénom de l'adhérent(e) : _____

Date de naissance : _____

Responsable légal (si mineur) : _____

► CERTIFICAT MÉDICAL (à faire remplir par un médecin)

Je soussigné(e), Docteur _____,
certifie avoir examiné ce jour M. / Mme _____ né(e) le _____
et ne pas avoir constaté de contre-indication à la pratique sportive et artistique de la danse.

Fait à _____, le _____

Cachet et signature du médecin :

 RGPD : Les données collectées sont utilisées exclusivement pour la gestion des adhésions. Conformément au RGPD, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression en contactant l'association.

► QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Ces informations resteront confidentielles et permettront d'adapter la pratique si nécessaire.



Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	☐	☐
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.



► **ATTESTATION D'ASSURANCE PERSONNELLE**

Je soussigné(e) déclare être couvert(e) par une assurance Responsabilité Civile personnelle couvrant la pratique d'activités artistiques et de danse.

Nom de l'adhérent(e) : _____

Compagnie d'assurance : _____

N° de contrat / police : _____

Date de validité : _____

☐ **J'atteste joindre à ce dossier une copie de mon attestation d'assurance en cours de validité.**

Je certifie sur l'honneur être couvert(e) par une assurance Responsabilité Civile valide pour la saison 2026-2027 et m'engage à informer l'association de tout changement de situation.

Fait à : _____	Le : _____
Signature de l'adhérent(e) ou responsable légal :	

⚠ *L'association se réserve le droit de refuser l'accès aux cours à tout adhérent ne pouvant justifier d'une couverture RC valide.*