



# Bulletin d'inscription 2026-2027

## Couple

(- 20% sur la formule la plus élevée)

à déposer dans la boîte aux lettres à l'extérieur de la salle  
au 4 rue Lt Grimaud à Romans (Pkg Libération)

Contact : Jacqueline  
06 21 99 11 75

mangalam213.com

**1** Vos coordonnées

**2** Vos formules respectives

Ville :

Adresse mail :

Personne 1 Prénom :

NOM :

Tel Portable :

Personne 2 Prénom :

NOM :

Tel Portable :

Votre formule pour vos séances à Romans

A 1 prof 1 séance / semaine

B 1 ou 2 profs 2 séances / semaine

C 1 à 4 profs 3 à 5 séances / semaine

Votre formule pour vos séances à Romans

A 1 prof 1 séance / semaine

B 1 ou 2 profs 2 séances / semaine

C 1 à 4 profs 3 à 5 séances / semaine

Trouvez votre tarif selon vos deux formules choisies sur la page jointe

**3** Entourez sur le planning votre ou vos séances choisies (à joindre à votre règlement)

(Cours d'essai gratuit)

**4** Votre Règlement. Chèque(s) à la date du jour ou aux dates indiquées :

- en un chèque : à votre inscription.
- en 3 chèques : 1er à votre inscription puis 1 janvier et 1 avril
- en 5 chèques : 1er à votre inscription puis 15 nov, 15 janvier, 1er mars et 1er mai

Votre premier chèque sera encaissé à partir de septembre

.... chèque(s) de ..... € à l'ordre de Mangalam 213

à joindre à votre B.I dans l'enveloppe que vous glissez dans la boîte aux lettres

Options Forme & Bien-être chez Caroline à Bg de Péage


1 cours ou 2 cours par semaine avec les différents profs et Cours en visio avec Caroline

Tarifs préférentiels, paiement à part. Contactez Jacqueline au 06 21 99 11 75

## Reprise des cours le lundi 7 septembre 2026

Personne 1 Prénom : .....

### Entourez votre ou vos séances choisies (dans le cadre de votre formule)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h - 10H PILATES / STRETCH <i>Maud</i>	08h45 - 09h45 PILATES * <i>Sandy</i>	08h45 - 09h45 RMG * <i>Sandy</i>	9h30 - 10h30 YOGA * <i>Jacqueline</i>	08h45 - 09h45 STRETCHING <i>Maelle</i>
10h10 - 11h10 QI GONG <i>Pierre</i>	10h - 11h STRETCHING <i>Sandy</i>	10h - 11h PILATES / STRETCH <i>Philippe</i>	10h45 - 11h45 STRETCHING <i>Philippe</i>	10h - 11h DANSE libre <i>Emilie</i>
11h20 - 12h20 YOGA <i>Marie-Hélène</i>	11h10 - 12h10 YOGA * <i>Jacqueline</i>	11h10 - 12h10 PILATES * <i>Philippe</i>	11h45 - 12h45 STRETCHING <i>Philippe</i>	11h - 12h DANSE du monde <i>Emilie</i>
				
17h15 - 18h15 PILATES * <i>Sandy</i>	18h - 19h PILATES 1 * <i>Maelle</i>	18h - 19h PILATES / STRETCH <i>Maud</i>	17h40 - 18h40 PILATES * <i>Philippe</i>	14h - 15h TAÏ-CHI <i>Pierre</i>
18h20 - 19h20 RMG * <i>Sandy</i>	19h10 - 20h10 PILATES 2 * <i>Maelle</i>	19h10 - 20h10 DANSE-FITNESS <i>Maud</i>	18h50 - 19h50 YOGA * <i>Jacqueline</i>	

\* PILATES : Tous niveaux

\* R M G : Renforcement Musculaire Global

\* YOGA Douceur - MUDDRAS (gestuelle énergétique des doigts et des mains)


\* PILATES 1 : Débutant

\* PILATES 2 : non Débutant

## Reprise des cours le lundi 7 septembre 2026

Personne 2 Prénom : .....

### Entourez votre ou vos séances choisies (dans le cadre de votre formule)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h - 10H PILATES / STRETCH <i>Maud</i>	08h45 - 09h45 PILATES * <i>Sandy</i>	08h45 - 09h45 RMG * <i>Sandy</i>	9h30 - 10h30 YOGA * <i>Jacqueline</i>	08h45 - 09h45 STRETCHING <i>Maelle</i>
10h10 - 11h10 QI GONG <i>Pierre</i>	10h - 11h STRETCHING <i>Sandy</i>	10h - 11h PILATES / STRETCH <i>Philippe</i>	10h45 - 11h45 STRETCHING <i>Philippe</i>	10h - 11h DANSE libre <i>Emilie</i>
11h20 - 12h20 YOGA <i>Marie-Hélène</i>	11h10 - 12h10 YOGA * <i>Jacqueline</i>	11h10 - 12h10 PILATES * <i>Philippe</i>	11h45 - 12h45 STRETCHING <i>Philippe</i>	11h - 12h DANSE du monde <i>Emilie</i>
				
17h15 - 18h15 PILATES * <i>Sandy</i>	18h - 19h PILATES 1 * <i>Maelle</i>	18h - 19h PILATES / STRETCH <i>Maud</i>	17h40 - 18h40 PILATES * <i>Philippe</i>	14h - 15h TAÏ-CHI <i>Pierre</i>
18h20 - 19h20 RMG * <i>Sandy</i>	19h10 - 20h10 PILATES 2 * <i>Maelle</i>	19h10 - 20h10 DANSE-FITNESS <i>Maud</i>	18h50 - 19h50 YOGA * <i>Jacqueline</i>	

\* PILATES : Tous niveaux

\* R M G : Renforcement Musculaire Global

\* YOGA Douceur - MUDDRAS (gestuelle énergétique des doigts et des mains)

\* PILATES 1 : Débutant

\* PILATES 2 : non Débutant

# Tarifs Couples

Remise de 20% sur la 2ème formule la plus élevée

## Formules

**A + A**

1 prof  
1 séance  
par semaine

1 prof  
1 séance  
par semaine

279,00 €

221,00 €  
(au lieu de 279)

**Total : 500,00 €**

Ou 3 chèques de 167 €

Ou 5 chèques de 100 €

## Formules

**A + B**

1 prof  
1 séance  
par semaine

1 ou 2 profs  
2 séances  
par semaine

279,00 €

336,00 €  
(au lieu de 420)

**Total : 615,00 €**

Ou 3 chèques de 205 €

Ou 5 chèques de 123 €

## Formules

**A + C**

1 prof  
1 séance  
par semaine

1 à 4 profs  
3 à 5 séances  
par semaine

279,00 €

375,00 €  
(au lieu de 470)

**Total : 654,00 €**

Ou 3 chèques de 218 €

Ou 5 chèques de 131 €

## Formules

**B + B**

1 ou 2 profs  
2 séances  
par semaine

1 ou 2 profs  
2 séances  
par semaine

420,00 €

336,00 €  
(au lieu de 420)

**Total : 756,00 €**

Ou 3 chèques de 252 €

Ou 5 chèques de 151 €

## Formules

**B + C**

1 ou 2 profs  
2 séances  
par semaine

1 à 4 profs  
3 à 5 séances  
par semaine

420,00 €

375,00 €  
(au lieu de 470)

**Total : 795,00 €**

Ou 3 chèques de 265 €

Ou 5 chèques de 159 €

## Formules

**C + C**

1 à 4 profs  
3 à 5 séances  
par semaine

1 à 4 profs  
3 à 5 séances  
par semaine

470,00 €

375,00 €  
(au lieu de 470)

**Total : 845,00 €**

Ou 3 chèques de 282 €

Ou 5 chèques de 169 €



Contact : Jacqueline 06 21 99 11 75