



# A.SP.E.L.S.

Association SPorts Et Loisirs Schiffflange

Adresse postale : Boite postale 39 - L-3801 Schiffflange

[aspels@pt.lu](mailto:aspels@pt.lu) - [www.aspels.info](http://www.aspels.info)

## INFOBLAT August 2019

Eis Traininger am Sall fänken den 17. September mam Aerobic, den 18. 9 mat Réckenturnen an den 19.9 mat Aquagym. Den Training fir Nordic Walking leeft richt virun.

### Während der Schoulzeit

<b>Aerobic</b>	Dënschdes um 19:30 - 20:30	Nelly Stein Schoul
<b>Récken Training</b>	<b>Mëttwochs um 20:00 - 21:00</b>	Nelly Stein Schoul
<b>Aquagym</b>	Donneschdes um 19:00 - 19:45	Piscine zu Schëffleng
	Donneschdes um 19:45 - 20:30	Piscine zu Schëffleng

### Während dem ganze Joer

<b>Nordic Walking</b>	Samschdes um 9:30 - 11:00	beim Stade Jean Jacoby
<b>Lafen - Schnell goen</b>	Dënschdes um 8:15 - 9:30	beim Stade Jean Jacoby
	Freides um 8:15 - 9:30	beim Stade Jean Jacoby

### Kotisatioun 2019-2020

Fir Saison 2019-2020 kënnt Dir als aktive Member 25€ iwwerweisen op de Konto vun der ASPELS: CCPL LU71 1111 0333 2150 0000 mam Vermierk « Cotisatioun 2019 » bis den 31. Oktober 2019 maachen. Dësweideren kënn der och uginn bei wie engen Couren dir deel huet.

D 'Memberskaarten ginn fir oder no eisen Trainingen ausgedeelt. Dofir sidd beizeiten do.

Déi net aktiv Member kënnen 15€ op eisen Compte iwwerweisen

Wann der net wëllt Member bleiwen, deelt ons dat w.e.g. mat fir dat mer eis Memberslëschten kënnen aktuell ze halen an Iech net méi onnéideg Matdeelungen ze schecken. ([aspels@pt.lu](mailto:aspels@pt.lu))

Wann der eng e mails- Adress deelt eis déi w.e.g. mat. Domat kënnen mer Porto spueren, wat en decken Posten am Budget ausmécht.

All déi Donnéeën sinn nëmmen fir den internen Gebrauch an ginn net un en drëtten weiderginn.

Mir erënneren drun dass nëmmen ageschriwwen Memberen un eisen Couren kënnen deelhuefen.

Mat beschten Gréiss an der Hoffnung Iech erënzeginn.

Président : Norbert Hansjosten - [hannor@pt.lu](mailto:hannor@pt.lu)

Secrétaire : Raymond Thill - [rthill@pt.lu](mailto:rthill@pt.lu)

Caissière : Daisy Marques - [daysi@pt.lu](mailto:daysi@pt.lu)

Compte : CCPLLULL - LU71 1111 0333 2150 0000



# A.SP.E.L.S.

Association SPorts Et Loisirs Schiffflange

Adresse postale : Boite postale 39 - L-3801 Schiffflange

[aspels@pt.lu](mailto:aspels@pt.lu) - [www.aspels.info](http://www.aspels.info)

## INFOBLAT Août 2019

Nos entraînements en salle commenceront le 17 septembre avec aérobic, le 18.9 pour l'école de dos et le 19.9 pour l'aquagym. Bien entendu les cours de Nordic Walking continueront aussi pendant les vacances.

### **Pendant l'année scolaire**

Aérobic	Mardi de 19:30 - 20:30	Ecole Nelly Stein
Gym éducative	<b>Mercredi de 20:00 - 21:00</b>	Ecole Nelly Stein
Aquagym	Jeudi de 19:00 - 19:45	Piscine à Schiffflange
	Jeudi de 19:45 - 20:30	Piscine à Schiffflange

### **Pendant toute l'année**

Nordic Walking	Samedi de 9:30 - 11:00	Parking Stade Jean Jacoby
Courir	Mardi de 8:15 - 9:30	Parking Stade Jean Jacoby
	Vendredi de 8:15 - 9:30	Parking Stade Jean Jacoby

### **Cotisation 2019-2020**

Pour la saison 2019-2020, nous vous prions de transférer soit 25 € pour membre actif, soit 15€ pour membre non actif, sur le compte bancaire de l'

**ASPELS CCPL LU71 1111 0333 2150 0000**

avec la mention « Cotisation 2019 » jusqu'au 31. Octobre 2019. Veuillez noter dans la communications votre nom sur la carte de membre

Aussi il serait intéressant de savoir dans quelles activités vous désirez-vous inscrire.

Les cartes de membre seront remises avant ou après les entraînements.

Les membres non actifs paieront 15€.

Si vous ne restez plus membre, veuillez nous communiquer pour que nous pouvons tenir nos listes à jour. ([aspels@pt.lu](mailto:aspels@pt.lu))

Veuillez contrôler vos coordonnées et le cas échéant, nous communiquer les changements.

En outre il serait préférable de nous aviser votre adresse e-mail en vue de vous informer plus rapidement, et en même temps d'épargner le port des lettres qui représente un gros poste budgétaire

Les données sont uniquement pour usage interne et ne seront pas communiquées à des tiers.

Nous vous rappelons que la participation à nos activités est strictement réservée à nos membres.

Dans l'espoir de vous revoir, meilleures salutations.

Président : Norbert Hansjosten - [hannor@pt.lu](mailto:hannor@pt.lu)

Secrétaire : Raymond Thill - [rthill@pt.lu](mailto:rthill@pt.lu)

Caissière : Daisy Marques - [daysi@pt.lu](mailto:daysi@pt.lu)

Compte : CCPLLULL - LU71 1111 0333 2150 0000