



A.SP.E.L.S.

Association SPorts Et Loisirs Schiffflange

Adresse postale : Boite postale 39 - L-3801 Schiffflange

aspels@pt.lu - www.aspels.info

INFOBLAT August 2022

Eis Trainer am Sall fänken den 19. September mam Yoga un.

Während der Schoulzäit

Yoga	Méindes um 19:30 - 20:30	Nelly Stein Schoul
Aerobic	Dënschdes um 19:30 - 20:30	Nelly Stein Schoul
Récken Training	Mëttwochs um 19:30 - 20:30	Nelly Stein Schoul
Aquagym	Donneschdes um 18:30 - 19:15	Piscine zu Schëffleng
	Donneschdes um 19:35 - 20:30	Piscine zu Schëffleng

Während dem ganze Joer

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

Cotisatioun 2022-2023

Fir Saison 2022-2023 kënnt Dir als aktive Member **40€** iwwerweisen op de Konto vun der ASPELS: CCPL LU71 1111 0333 2150 0000 mam Vermierk

« **Cotisatioun 2022-23** » bis den 30. September 2022. Dës weideren kënn der och uginne bei wie engen Couren dir wëilt deelhuele.

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

Déi net aktiv Member kënne 15€ op eisen Compte iwwerweisen

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

Wann der eng e mails-Adress hutt deelt eis déi w.e.g. mat. Domat kënne mer Porto spueren, wat en decken Posten am Budget ausmécht. Och kënne mer Iech méi séier errechen falls emol en Cours ausfällt.

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 deelhuele.

Mat beschten Gréiss an der Hoffnung Iech erëmzeginn.



A.SP.E.L.S.

Association SPorts Et Loisirs Schiffflange

Adresse postale : Boite postale 39 - L-3801 Schiffflange

aspels@pt.lu - www.aspels.info

INFOBLAT Août 2022

Nos entraînements en salle commenceront le 19 septembre avec Yoga.

Pendant l'année scolaire

Yoga	Lundi de 19:30 - 20:30	Ecole Nelly Stein
Aérobic	Mardi de 19:30 - 20:30	Ecole Nelly Stein
Gym éducative	Mercredi de 19:30 - 20:30	Ecole Nelly Stein
Aquagym	Jeudi de 18:30 - 19:15	Piscine à Schiffflange
	Jeudi de 19:35 - 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 2022-2023

Pour la saison 2022-2023, nous vous prions de transférer soit **40€** 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 2022-23** » jusqu'au 30. Septembre 2022. Veuillez noter dans la communication votre nom sur la carte de membre

Veuillez aussi nous renseigner les les cours où vous désirez-vous inscrire.

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

Les membres non actifs paieront 15€.

Si vous voulez plus restez membre, veuillez-nous le communiquer pour tenir nos listes à jour. (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 en cas d'urgence, 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

Secrétaire : Raymond Thill - rthill@pt.lu

Caissière : Daisy Marques - daysi@pt.lu

Compte : CCPLLULL - LU71 1111 0333 2150 0000