

Au début de la pratique, des activités ludiques et des circuits gymniques sont proposés avec de l'équipement de gymnastique adapté pour les jeunes enfants. Les enfants prennent connaissance de tous les agrès. Au fur et à mesure de sa pratique, votre enfant va affiner ses goûts et pouvoir se spécialiser. Il aura le choix entre :



Gym AGRES

La gymnastique est un sport complet qui demande coordination, force, équilibre, agilité et souplesse ...

Aucun groupe musculaire n'est oublié ! Certains agrès sont uniquement pour filles et d'autres pour garçons. Les gymnastes doivent faire preuve d'une grande rigueur et précision !

> POUR LES ENFANTS DE 11 - 12 ANS

Nés en 2012 - 2011 => **RENDEZ-VOUS** tous Les **Mercredis** de **17H45 à 18H45** à La Salle de gym du gymnase de **VENDARGUES**.

> POUR LES ENFANTS DE 13 ANS ET +

Nés en 2010 et avant => **RENDEZ-VOUS** tous Les **Mercredis** de **18H45 à 20H** à La Salle de gym du gymnase de **VENDARGUES**.



Gym RYTHMIQUE



La gymnastique rythmique est un sport artistique pratiqué avec des engins : CORDE, CERCEAU, BALLON, MASSUES et RUBAN. Etroitement liée à la danse, sa pratique développe créativité, coordination et expression corporelle.

> POUR LES ENFANTS DE 9 - 12 ANS (Nés en 2014 à 2011) =>

RENDEZ-VOUS tous Les **LUNDIS** de **18H30 à 20H** et Les **Mercredis** de **13H30 à 15H** au **Gymnase de VENDARGUES**.

> POUR LES ENFANTS DE 13 ANS ET + (Nés en 2010 à 2007) =>

RENDEZ-VOUS tous Les **Mercredis** de **15H15 à 16H45** et Les **Vendredis** de **18h à 19H30** au **Gymnase de VENDARGUES**.



ESSAI -RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

😊 **LUNDI 11 SEPTEMBRE**

😊 **PERMANENCES**

- JEUDI 31 AOUT de 9h à 12h30 au gymnase B.BERTAUD à CASTRIES
- VENDREDI 1er SEPTEMBRE de 17h à 20h30 au gymnase J.CHIRAC à VENDARGUES
- LUNDI 4 SEPTEMBRE de 17h à 20h30 au gymnase J.CHIRAC à VENDARGUES
- MARDI 5 SEPTEMBRE de 17h à 20h au gymnase B.BERTAUD à CASTRIES

SAMEDI 9 SEPTEMBRE A partir de 10h à l'occasion du forum des associations des villes de CASTRIES et VENDARGUES.

Je peux m'initier plus sérieusement à la Gym rythmique et approfondir ma pratique en prenant part à des rencontres sportives et ceci dès 9 ans. Pour cela, j'ai obligation de prendre part à la réunion de rentrée qui expliquera le planning de l'année.

Selon l'âge, je n'hésite pas à téléphoner au **06.23.02.13.32** où je me présente lors des

permanences. Le rassemblement des filles souhaitant prendre part à des rencontres sportives par équipe se rassembleront le **VENDREDI 1er SEPTEMBRE** de 18h à 20h avec une pizza conviviale ! Il y a certainement un cours adapté pour moi !