




CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2020-2021



Salle de gym -complexe Laloubère- bd de l'Esperance à St Sever

SECTION BABYGYM

|  | Catégorie | NAISSANCE | ENTRAINEMENTS | Nbr places |
|---|-----------|--|-------------------------|------------|
| | BABY 1 | 2ans révolu au 01/01/21 accompagnant obligatoire | Samedi de 9H à 9H30 | 15 |
| | BABY 2 | 3ans révolu au 01/01/21 accompagnant obligatoire | Samedi de 9H35 à 10H20 | 15 |
| | EVEIL | 4ans révolu au 01/01/21 accompagnant possible | Samedi de 10H25 à 11H10 | 15 |

Objectif :

- Acquérir une meilleure motricité et une coordination des mouvements par un éveil corporel
- Développer la sociabilisation et l'écoute des consignes pour une approche de la vie en collectivité
- Partager un moment de complicité avec ses parents

TARIF :

Baby gym

45€ fédé + 40€ club

*En cas d'arrêt de l'activité il n'y aura pas de remboursement.

*Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise

*possibilité de réduction pour les fratries

*3 séances d'essais possibles MAIS dans la limite des places disponibles !

MODALITES D'INSCRIPTION

La **préinscription** se fera via internet sur le site des cadets <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque le dossier sera **COMPLET** :

- Le règlement intérieur et la fiche d'autorisation remplis et signés
- Le montant de la cotisation annuelle (*possibilité de paiement en plusieurs fois, CB, espèce, chèque bancaire, chèque ANCV ou coupon sport*).
- Un certificat médical si le questionnaire de santé n'est pas valable
- 1 photo d'identité (*impression papier possible si télétransmission impossible*)

CONTACT



: 06-12-06-07-22 (Mme FORTON)



: lescadets2gascogne@laposte.net



: <http://www.cadetsdegascogne.fr>



: facebook - Cadets de gascogne

ENTRAINEURS : FORTON Alexandrine 06 12 06 07 22 (secrétaire)

merci de prévenir lors de vos absences aux séances

Sous réserve
de modifications
pour causes de
restrictions sanitaires



CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2020-2021



Salle de gym -complexe Laloubère- bd de l'Esperance à St Sever

SECTION LOISIR + ACCESS

| | Catégorie | NAISSANCE | ENTRAINEMENTS | Nbr places |
|--|--------------------------------|--|--|------------|
| | INIGYM Initiation gym | 5ans et 6ans révolu au 01/01/21 | Samedi de 11H15 à 12H30 | 20 |
| | GymArtistique mixte | A partir de 2014 (à partir de 6ans) | Niveau débutant et intermédiaire Samedi de 14H30 à 16H (L1) Samedi de 16H à 17H30 (L2) | 20 |
| | GymArtistique Féminine-GAF | A partir de 2014 (à partir de 6ans) | Niveau confirmé Samedi de 17H30 à 19H (L3) | 20 |
| | GymArtistique Masculine-GAM | A partir de 2015 (à partir de 5ans) | Vendredi de 17h15 à 18h45 | 15 |
| | GymRythmique GR | A partir de 2014 (à partir de 6ans) | Jeudi de 17H à 18H30 | 10 |
| | Gym sportive Adulte | 18 ans et + | Samedi de 19H30 à 21H | |

Différences gymniques :

- *INIGYM : initiation aux différentes disciplines gymniques (GAF, GR, trampoline, GAM)
- *GAF (Gym Artistique Féminine) : 4 agrès (sol, barres asymétriques, saut, poutre)
- *GR (Gym Rythmique) : 5 engins (corde, cerceau, ballon, ruban, massues).
- *GAM (Gym Artistique Masculine) : 6 agrès (sol, barres parallèles, barre fixe, cheval, saut, anneaux)
- *Gym sportive Adulte : travail sur agrès gymnique, au-delà du renforcement musculaire, et en autogestion. Niveau de base gymnique nécessaire !

| | | |
|----------------|--|--|
| TARIF : | Gym Loisir | Tarif COM-COM* 45€ fédé +65€ club |
| | * Communauté de Communes Chalosse-Tursan | Tarif hors COM-COM* 45€ fédé +84€ club |

- *En cas d'arrêt de l'activité il n'y aura pas de remboursement.
- *Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise
- *Possibilité de réduction pour les fratries et les doubles activités
- *3 séances d'essais possibles MAIS dans la limite des places disponibles !

MODALITES ACCESS

Durant ces années de gym, le gymnaste a la possibilité de présenter, au sein du club ou sur les clubs voisins (Mont de Marsan et Hagetmau), une validation des compétences gymniques nommées ACCESS. La concrétisation de ce niveau passe par l'obtention d'un diplôme et d'un bracelet de couleur en fonction du niveau obtenu (blanc, jaune, orange, vert,...)

MODALITES D'INSCRIPTION

La **préinscription** se fera via internet sur le site des cadets <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque le dossier sera **COMPLET** :

- Le règlement intérieur et la fiche d'autorisation remplis et signés
- Le montant de la cotisation annuelle (*possibilité de paiement en plusieurs fois, CB, espèce, chèque bancaire, chèque ANCV ou coupon sport*).
- Un certificat médical si le questionnaire de santé n'est pas valable
- 1 photo d'identité (*impression papier possible si télétransmission impossible*)

CONTACT



: 06-12-06-07-22 (Mme FORTON)



: lescadets2gascogne@laposte.net



: <http://www.cadetsdegascogne.fr>



: facebook - Cadets de gascogne

ENTRAINEURS : merci de prévenir lors de vos absences aux séances

| | | |
|--------------------|--|-----------------------------|
| FORTON Alexandrine | Inigym (<i>masculin et féminin</i>) | 06 12 06 07 22 (secrétaire) |
| ORLIANGE Steven | L1, L2 et GAM (<i>masculin et féminin</i>) | 06 82 43 10 57 |
| ALEXIS Audrey | L3 (<i>féminin</i>) | 06 11 97 77 35 |
| VIERA Fatima | GR | 06 16 04 13 73 |

Sous réserve
de modifications
pour causes de
restrictions sanitaires



CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2020-2021



Salle de gym -complexe Laloubère- bd de l'Esperance à st Sever
Salle Commenay-Dojo- avenue du Tursan à St Sever
Hagetmau - complexe de la citée verte -ch de loussets

SECTION GYM COMPETITION + ACCESS

| | Gym | Catégorie | NAISSANCE | ENTRAINEMENTS |
|---------|--|---|--|---|
| | GAM - Gym masculine | GAM toutes catégories | A partir de 2014 (à partir de 6ans) | Mardi soir à Hagetmau Vendredi 17H15-18H45 (Laloubère) |
| | GAF - Gym artistique Féminine Fédéral A | GAF Poussines | 2013-2014 | Mercredi de 17H à 18H15 et Vendredi de 18H à 19H15 |
| | | GAF autres catégories | 2012-2001 | Lundi de 17H45 à 19H45 et Mercredi de 18H à 20H et/ou Vendredi de 18H30 à 20H30 |
| | GAF - Gym artistique Féminine | GAF Fédéral B | 2014-2012 | Mercredi 13H30 à 15H30 Vendredi soir <i>reste à définir</i> |
| | | GAF Access | 2012-2008 | Mardi de 18H à 19H30 Jeudi de 18H à 19H30 |
| TeamGYM | ado | 12-25 ans | Samedi de 13h à 15h | |
| | GR - Gym rythmique | Individuelle Ensemble Coupe Formation(CF) | A partir de 2014 | Lundi de 17H à 19H (dojo -salle commenay) Jeudi 18H-20H (Laloubère) |

Différences gymniques :

- *GAM (Gym Artistique Masculine) : 6 agrès (sol, barres parallèles, barre fixe, cheval, saut, anneaux)
- *GAF (Gym Artistique Féminine) : 4 agrès (sol, barres asymétriques, saut, poutre)
- *GR (Gym Rythmique) : 5 engins (corde, cerceau, ballon, ruban, massues).
- *TeamGYM : 3 épreuves (saut au mini trampoline, tumbling « piste d'acrobatie », sol).

MODALITES ACCESS

Durant ces années de gym, le gymnaste a la possibilité de présenter, au sein du club ou sur les clubs voisins (Mont de Marsan et Hagetmau), une validation des compétences gymniques nommées ACCESS. La concrétisation de ce niveau passe par l'obtention d'un diplôme et d'un bracelet de couleur en fonction du niveau obtenu (blanc, jaune, orange, vert,...)

| TARIF | GAF-GAM-GR | Tarif COM-COM* | 45€ fédé + 85€ club |
|-------|------------|---------------------|----------------------|
| | | Tarif hors COM-COM* | 45€ fédé + 104€ club |
| | TeamGym | Tarif COM-COM* | 45€ fédé + 65€ club |
| | | Tarif hors COM-COM* | 45€ fédé + 84€ club |

* Communauté de Communes Chalosse-Tursan

- *En cas d'arrêt de l'activité il n'y aura pas de remboursement.
- *Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise
- *possibilité de réduction pour les fratreries et les doubles activités

MODALITES D'INSCRIPTION

La **préinscription** se fera via internet sur le site des cadets <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque le dossier sera **COMPLET** :

- Le règlement intérieur et la fiche d'autorisation remplis et signés
- Le montant de la cotisation annuelle (*possibilité de paiement en plusieurs fois, CB, espèce, chèque bancaire, chèque ANCV ou coupon sport*).
- Le contrat d'engagement des compétitions rempli et signé avec un chèque de caution de 80€ (non encaissé en cas de respect du contrat)
- Un autre chèque de caution de 150€ pour le prêt des tenues de compétition (*non encaissé si tenue restituée et non endommagée*)
- Tenue de compétition complète (justaucorps ET veste) achat ou location (*voir la boutique du club*)
- Un certificat médical si le questionnaire de santé n'est pas valable
- 1 photo d'identité (*impression papier possible si télétransmission impossible*)

ATTENTION : l'inscription dans un groupe compétition est soumise aux nombres de places restantes **MAIS** aussi à la **motivation et à l'implication du gymnaste**. De plus, **l'entraîneur est seul décisionnaire** de la composition de l'équipe, qui pourra être remaniée chaque année !

CONTACT



: 06-12-06-07-22 (Mme FORTON)



: lescadets2gascogne@laposte.net



: <http://www.cadetsdegascogne.fr>



: facebook - Cadets de gascogne

ENTRAINEURS : **merci de prévenir lors de vos absences aux séances**

| | | |
|--|----------------|----------------|
| ORLIANGE Steven | GAM | 06 82 43 10 57 |
| PREVOST Morgane | GAF- Fédéral B | 06 71 69 41 80 |
| HANSKENS Aurélia | GAF-ACCESS | 06 83 85 30 66 |
| PINAUD Laurie | GAF-Fédéral A | 06 35 50 82 67 |
| FEMENIA Dominique (<i>président</i>) | TeamGYM | 06 31 56 60 94 |
| BUVAT Stéphanie | GR | 06 78 44 49 46 |

Sous réserve
de modifications
pour causes de
restrictions sanitaires