



CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2023-2024



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

SECTION BABYGYM

	Catégorie	NAISSANCE	ENTRAINEMENTS	Nbr places
	BABY 1	2ans (2021) révolu au 01/01/23 accompagnant obligatoire	Samedi de 9H à 9H30	15
	BABY 2	3ans (2020) révolu au 01/01/23 accompagnant obligatoire	Samedi de 9H35 à 10H20	15
	EVEIL	4ans (2019) révolu au 01/01/23 accompagnant possible	Samedi de 10H25 à 11H10	15

Objectif :

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

TARIF : Baby gym Licence FFGym 51€ + part club 45 € l'année

*En cas d'arrêt de l'activité (sanitaire ou autre) il n'y aura pas de remboursement.

*Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise

* Réductions supplémentaires pour les fratries (15%)


MODALITES D'INSCRIPTION dématérialisée

L'inscription se fera uniquement sur internet <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque tous les documents auront été **téléchargés** :


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

CONTACT

 : 06 24 92 82 33 (Mme FORTON)

 : lescadets2gascogne@laposte.net

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

 : facebook - Cadets de gascogne

ENTRAINEURS : FORTON Alexandrine 06 24 92 82 33 (secrétaire)

merci de prévenir lors de vos absences aux séances





CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2023-2024



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

SECTION LOISIR

	Catégorie	NAISSANCE	ENTRAINEMENTS	Nbr places
	INIGYM Initiation gym	5-6ans (2018-2017) révolu au 01/01/24	Samedi de 11H15 à 12H30	20
	GymArtistique Féminine-GAF 	A partir de 2017 (à partir de 6ans)	Samedi 16H à 17H30 <i>débutant</i>	20
Samedi 17H30 à 19H <i>intermédiaire</i>			20	
Mardi ET Jeudi 18h30 à 20h <i>Confirmé- préparation compétition</i>			15	
	GymRythmique GR	A partir de 2012 (A partir de 11 ans)	Jeudi 17H à 18H30 <i>OU Niveau Intermédiaire tout âge</i>	12
		De 6 à 10 ans (de 2017 à 2013)	Samedi 11H30 à 13H <i>débutant</i>	10
	GymArtistique Masculine-GAM	A partir de 2018 (à partir de 5ans)	Samedi 12h30 à 14h	10
	HANDI gym	6-12 ans (2017 à 2011) 2 fois par mois en fonction planning	Dimanche de 9h à 10h <i>les kangougym</i>	8
			Dimanche de 10h15 à 11h15 <i>Les zébrastiques</i>	5
	Gym sportive Adulte	18 ans et +	Samedi 19H à 20H30 OU Dimanche 11H à 13H	

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 au sol (corde, cerceau, ballon, ruban, massues).
- *GAM (Gym Artistique Masculine) : 6 agrès (sol, barres parallèles, barre fixe, cheval, saut, anneaux)
- *Handi gym : gym pour tous. Enfants atteints de troubles autistiques ou de TDAH. Renseignez-vous !
- *Gym sportive Adulte : au-delà du renforcement musculaire, travail sur sol, agrès et engins gymniques et trampoline EN SEMI AUTONOMIE.

*Modalités **prépa compet** : 1 à 2 compétitions dans l'année (non obligatoires)

Déplacement : interne au club ou dans zone de proximité (40-64)



TARIF : licence FFGym 51€

- + 20€ si résidents hors Communauté de Communes
- + part club : ➤ HANDI Gym 10€ l'année
 - Gym Adulte 20€ l'année
 - Loisirs confirmés en prépa compétition 85€ l'année
 - Autres groupes Gym Loisir 65€ l'année

En cas d'arrêt de l'activité (sanitaire ou autre) il n'y aura pas de remboursement.

*Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise

* Réductions supplémentaires pour les fratries (15%)


MODALITES D'INSCRIPTION dématérialisée

L'inscription se fera uniquement sur internet <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque tous les documents auront été téléchargés :


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

CONTACT

 : 06 24 92 82 33 (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 (masculin et féminin)	06 24 92 82 33 (secrétaire)
ORLIANGE Steven	GAF et GAM (masculin et féminin)	06 82 43 10 57
FEMENIA Dominique (président)	GAF confirmé- prépa compet	06 31 56 60 94
VIERA Fatima	GR intermédiaire (masculin et féminin)	06 16 04 13 73
BUVAT Stéphanie	GR débutant	06 78 44 49 46
FORTON Pascal	HANDI Gym	06 16 77 84 39





CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2023-2024



Salle de gym ou salle Donnesse -complexe Laloubère- bd de l'Esperance à st Sever
Salle Commenay-Dojo- avenue du Tursan à St Sever

SECTION GYM COMPETITION

	Gym	Catégorie	NAISSANCE	ENTRAINEMENTS
	Ini-TEAM Initiation Team	Fédérale C 5 places	10-12 ans (2013-2011)	Mercredi de 18H30 à 20h Samedi de 14h à 16h
	TEAM Gym	Fédérale B 12 places	12-25 ans (2011 à 1998)	
	GR - Gym rythmique	Individuelle Ensemble	A partir de 6ans (2017)	Lundi de 17H à 19H (salle commenay) et/ou Mercredi de 14H30 à 17h (salle gym) et/ou Jeudi 18H15-20H (salle donnesse)
	GAF - Gym artistique Féminine Fédérale	GAF poussine	De 2017 à 2015 (6-8ans)	Lundi de 17H30 à 19H30 Vendredi de 17H à 19H
		GAF Fédérale		Mercredi de 16H30 à 18H30 Vendredi de 18H à 20H
		GAF Performance		Lundi de 17H30 à 19H30 Mercredi de 18H à 20H30 Vendredi de 18H30 à 20H30

Différences gymniques :

- *Ini-TEAM : 2 épreuves (saut au mini trampoline, tumbling « piste d'acrobatie au sol»)
- *TEAM GYM : 3 épreuves (saut au mini trampoline, tumbling « piste d'acrobatie », sol «chorégraphies et portés »).
- *GR (Gym Rythmique) : 5 engins (corde, cerceau, ballon, ruban, massues). Le tout au sol
- *GAF (Gym Artistique Féminine) : 4 agrès (sol, barres asymétriques, saut, poutre)

Modalités compétitives : 2 à 4 compétitions dans l'année

Seul ou par équipe

Déplacement : sur toute la grande région « nouvelle Aquitaine ».

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 !



TARIF : Licence FFGym 51€

+ 20€ si résidents hors Communauté de Communes

+ part club 85€ l'année

*En cas d'arrêt de l'activité (sanitaire ou autre) il n'y aura pas de remboursement.

*Possibilité d'attestation pour les comités d'entreprise

* Réductions supplémentaires pour les fratreries (15%)

MODALITES D'INSCRIPTION dématérialisée

L'inscription se fera uniquement sur internet <http://www.cadetsdegascogne.fr>

L'inscription sera définitive lorsque tous les documents auront été **téléchargés** :

Pour TOUS :

- 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 OU pour le niveau performance
- 1 photo
- Le contrat d'engagement des compétitions rempli et signé avec un chèque de caution de 200€ (non encaissé en cas de respect du contrat)
- Tenue complète de compétition :
 - * 20€ de location du justaucorps club (voir boutique du club sur webas)
 - *Un autre chèque de caution de 150€ pour le prêt des tenues de compétition (non encaissé si tenue restituée et non endommagée)
 - *Veste du club - achat ou location (voir la boutique du club ou le cadets troc : cadets.troc@laposte.net)

Pour les **GR uniquement**, achat d'engins personnels recommandé SINON

- 20€ de location d'engins du club (voir boutique du club sur webas)
- Un dernier chèque de caution de 60€ pour le prêt des engins de compétition (non encaissé si engin restitué et non endommagé)
- Le contrat de prêt des engins rempli et signé

CONTACT



: 06 24 92 82 33 (Mme FORTON)



: lescadets2gascogne@laposte.net



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



: facebook - Cadets de gascogne

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

PINAUD Laurie	GAF-Fédérale	06 35 50 82 67
FEMENIA Dominique (président)	Team Gym	06 31 56 60 94
VIERA Fatima	GR	06 16 04 13 73

