



CADETS DE GASCOGNE
SECTION GYMNASTIQUE
SESSION 2024-2025



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

SECTION BABYGYM

	Catégorie	NAISSANCE	ENTRAINEMENTS	Nbr places
	BABY 3/0		Samedi de 8h45/55 à 9h25	15
	BABY 1	2ans (2022) révolu au 01/01/25 accompagnant obligatoire	Samedi de 9H30 à 10H	15
	BABY 2	3ans (2021) révolu au 01/01/25 accompagnant obligatoire	Samedi de 10H05 à 10H45	15
	EVEIL	4ans (2020) révolu au 01/01/25 accompagnant possible	Samedi de 10H50 à 11H35	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 63€ + part club 50 € 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 2024-2025



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 (2019-2018) révolu au 01/01/25	Samedi 11H40 à 12H55	20
	GymArtistique Féminine-GAF	6-8ans (2018-2016) 9-10ans débutante	Samedi 16H à 17H30	20
		9-10ans intermédiaire 11 ans et + (2013)	Samedi 17H30 à 19H	20
		Niveau Confirmé tout âge	Mardi ET Jeudi 18h30 à 20h- prépa compétition	15
	GymRythmique GR	De 6 à 10 ans (de 2018 à 2014)	Samedi 11H30 à 13H	12
		11 ans et + (débutante) OU Niveau intermédiaire tout âge	Mercredi 13H30 à 14H30 Jeudi 18h-19h30 prépa compétition	12
	GymArtistique Masculine-GAM	À partir de 6ans (2018) (dérogation possible 5ans)	Samedi 13h à 14h15	10
	HANDI gym 2 fois par mois en fonction planning	6-14 ans (2018 à 2010)	Dimanche 9h15 à 10h05 les kangougym	8
			Dimanche 10h15 à 11h Les zébrastiques	5
		18 ans et +	Samedi 19H à 20H	
	Gym sportive Adulte		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)
- *Gym Adulte : **EN SEMI AUTONOMIE**. au-delà du renforcement musculaire, travail sur sol, trampoline , agrès et engins

*HANDI gym : gym pour tous. Enfants ou Adultes
Personnes atteintes de **troubles physiques, autistiques ou de TDAH.**
Renseignez-vous !

*Modalités **prépa compet** : 1 compétition interne au club **OBLIGATOIRE** (Dimanche 13/04)



TARIF : licence FFGym 63€

- + 30€ si résidents hors Communauté de Communes
- + part club : ➤ HANDI Gym 20€ l'année
 - Gym Adulte 30€ l'année
 - Loisirs confirmés en prépa compétition 95€ l'année
 - + chèque de caution de 50€ encaissé si non présentation à la compétition interne
 - Autres groupes Gym Loisir 75€ 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 ROUDEAU Solange	GAF loisir et GAM	06 82 43 10 57 06 79 13 10 45
FEMENIA Dominique	GAF confirmé- prépa compet	06 31 56 60 94 (président)
VIERA Fatima	GR prépa compet	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 2024-2025



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	10-15 ans (2014-2009)	Samedi 13h à 14h15
	TEAM Gym	Fédérale B	12-25 ans (2012 à 1999)	Mercredi 18H30 à 20h15 Samedi 14h15 à 16h
	GR - Gym rythmique	Individuelle Ensemble	Niveau Confirmé tout âge	Mercredi de 14H30 à 15h30 (salle gym) Jeudi 18H30-20H15 (salle donnesse) et/ou Lundi 17H à 19H (salle commenay) et/ou Vendredi de 20H15 à 21h30 (salle gym)
	GAF - Gym artistique Féminine	GAF poussine	6-8ans (2018-2016)	Mercredi 15H30 à 17H Vendredi de 17H15 à 18H45
		GAF Régionale	Niveau Confirmé tout âge	Lundi 17H30 à 19H30 Mercredi 15H30 à 17H
		GAF Fédérale Performance		Lundi 17H30 à 19H30 et/ou Mercredi 16H30 à 19H et/ou Vendredi 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 63€

+ 30€ si résidents hors Communauté de Communes

+ part club : ➤ Ini-TEAM 75€ l'année

➤ Autres compétitions 120€ 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 :

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 : **achat d'engins personnels recommandé PAS DE PRÊT personnel**

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	06 35 50 82 67
FEMENIA Dominique	Team Gym	06 31 56 60 94 (président)
POMMIER Océane		07 83 18 63 88
CHAVAROCHE Ilan	IniTEAM	
BUVAT Stéphanie	GR	06 78 44 49 46
VIERA Fatima		06 16 04 13 73



