

NOS ENTRAÎNEURS et ADMINISTRATIFS

— DESCRIPTION TARIFS —

Prix licence FFG: 50 €

Prix licence FFSA : 35 € adulte, 30 € enfant

— Loisir, GAM, GAF —

- 1 cours par semaine = 260€ (210+50)
- 2 cours par semaine = 320€ (270+50)
- 3 cours par semaine = 340€ (290+50)
- 4 cours par semaine = 360€ (310+50)
- 5 cours par semaine = 400€ (350+50)

— Baby GYM —

15 mois - 3 ans

1 cours par semaine = 170€ (120+50)

3 - 5 ans

1 cours par semaine = 180€ (130+50)

— Nos sponsors —



— Bénévoles

Laurent P : Responsable juge du club Juge GAM et GAF

Elodie : Initiateur régional et Petite Enfance, Juge GAF

Nishal : animateur GAM

Aides aux entraîneurs : Laurent B, Léna, Sara, Olivia, Madison, Mathilde

— Salariés

Marion : Responsable secteur GAF, Baby-gym et Gym Adaptée
(marion.meric@live.fr)

Licence STAPS, CQP AGA, Moniteur fédéral, juge GAF et teamgym

Célia : Responsable secteur Loisir et GAM

BPJEPS, initiateur régional, CQP AGA, juge teamgym

Nathalie Leveau

— Le bureau

Présidents : Thierry CARLAT et Laurent BONNET
(laurent.bonnet1975@gmail.com - tel : 06 81 62 88 33)

Secrétaires : Valérie CAMPOS et Gwendalle QUINTIN

Trésoriers : Anne MERIC et Véronique CARLAT

Saison 2018 - 2019



Jours d'inscriptions :

Les mercredis 29 Août, 5 et 12 Septembre 2018
de 10 à 18h

Les deux premières semaines de Septembre,
des permanences seront mises en place
les autres jours de la semaine, de 17 à 19h.

10 Av du Général Sarrail, 11 000 CARCASSONNE
mail : carcassonneolympiquegym@gmail.com

BABY GYM et EVEIL GYMNIQUE

Avec Marion, Célia et Léna

De 15 mois à 5 ans

La gymnastique est abordée à travers des exercices ludiques et évolutifs, autour d'un thème amusant qui vise à développer l'imaginaire de l'enfant. **Le club est labellisé « Petite Enfance ».**

15 mois - 3 ans (2014-2015-2016) : mercredi 11h-11h45 ou mercredi 17h30-18h15 avec Célia, Marion, Léna et les parents
3 - 5 ans (2013-2014-2015) : mercredi 9h-10h ou mercredi 16h30-17h30 avec Marion et Léna

Tarif : de 170 à 240€ l'année (licence FFGym incluse)

Reprise le mercredi 19 septembre 2018

GYM LOISIR (Masculine et féminine)

Encadrée par Célia et Nathalie

À partir de 5 ans

Activité gymnique aux agrès pour les débutants, conviviale et attractive sans compétition officielle pour les enfants. Elle se rapproche de la gymnastique artistique proprement dite, le côté ludique, imaginatif, récréatif et détendu en plus.

Débutants : mardi 17h30-18h30 et/ou mercredi 9h-10h et/ou mercredi 14h45-15h45

Intermédiaires : mercredi 10h-11h et/ou mercredi 14h45-15h45 et/ou mercredi 15h45-16h45 et/ou jeudi 17h30-18h30

Confirmés : mercredi 10h-11h et/ou mercredi 15h45-16h45 et/ou jeudi 18h30-19h30

Tarif : de 260 à 320€ l'année (licence FFGym incluse)

Possibilité de faire 2 cours par semaine

Reprise le lundi 17 septembre 2018

Orientation dans les groupes de niveau le samedi 15 septembre 2018

GYM ADAPTEE et HANDIGYM

Encadrée par Marion

Activité gymnique adaptée aux enfants et/ou adultes en situation de handicap mental, psychique ou physique. La gym adaptée permet d'apprendre les bases de la gymnastique artistique en débutant par des parcours psychomoteurs pour arriver à de vrais ateliers gymniques.

Cette activité Handisport aide aussi à la rééducation motrice et cognitive.

Enfants : voir avec Marion

Adultes : vendredi 16h30-17h30

D'autres créneaux peuvent être mis en place selon la demande.

Tarif : 200€ l'année (licence FFSA ou Handisport incluse)

Reprise le vendredi 21 Septembre 2018

GYM MASCULINE (GAM)

Encadrée par Célia, Nathalie et Nishal

Activité gymnique pour débutants à confirmés, avec possibilité de compétitions officielles.

Compétiteurs : mardi et jeudi 17h-19h et mercredi 13h-14h45

Acto Jump GAM : mercredi 18h-19h

Loisir GAM : mardi 18h30-19h30

Tarif : de 260€ à 320€ l'année (licence FFGym incluse)

Reprise le mardi 18 septembre 2018
(loisir et Acro jump)

Reprise le lundi 3 septembre 2018
(Compétiteurs)

GYM ADULTE (mixte)

Encadrée par Célia et Marion

A partir de 18 ans

Activité gymnique d'entretien ou de performance. Chacun évolue à son rythme et selon son envie.

Mardi, vendredi : 19h-20h30

Tarif : 150€ l'année (licence FFGym incluse)

Reprise le Mardi 4 septembre 2018

GYMNASTIQUE COMPETITIVE FEMINE (GAF)

Encadrée par Marion, Célia et Laurent

Activité gymnique pour les confirmées, avec des compétitions officielles. Pour les enfants de plus de 7 ans jusqu'à l'adolescence.

Poussines Perf : mardi 18h-20h, mercredi 15h-16h30 et jeudi 17h30-19h30 avec Marion

Benjamines Perf : lundi /mardi/vendredi 18h-20h, mercredi 10h-12h avec Marion et Laurent

Poussines : mercredi 15h-16h30 et jeudi 17h30-19h30 avec Marion

Fédérale 1 : lundi 17h-19h, vendredi 18h30-20h30 avec Célia

Fédérale 2 : lundi 18h30-20h30, mercredi 16h45-18h45 et jeudi 18h30-20h30 avec Célia

Fédérale 3 : mardi 18h30-20h30, mercredi 18h30-20h30 et vendredi 17h-19h avec Célia

Tarif : de 320€ à 360€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le lundi 3 septembre 2018

GYM HORAIRES AMENAGES

Encadrée par Marion, Célia et Laurent

Activité gymnique pour les confirmées, allant en compétitions nationales, à partir du Collège avec des horaires aménagés. (sur dossier uniquement)

Lundi : 16h-19h30

Mardi, jeudi : 15h30-18h

Mercredi : 13h-15h

Vendredi : 14h-19h

Tarif : 400€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le lundi 20 août 2018

GYM PLUS !

Pour tous les enfants à partir de 6 ans

Vacances : gym tous les matins et activités sportives ou créatives l'après midi.

Le planning sera communiqué fin septembre.