

Saison
2020
2021

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

15mois - 24mois

1 cours par semaine = **170€** (120+50)

2 - 3 ans

1 cours par semaine = **170€** (120+50)

4 - 5 ans

1 cours par semaine = **180€** (130+50)

NOS SPONSORS



NOS ENTRAINEURS ET ADMINISTRATIFS

Les bénévoles

LAURENT P. : Responsable juge du club, Juge GAM et GAF

ELODIE : Initiateur régional et Petite Enfance, juge GAF

AIDES AUX ENTRAINEURS :

Laurent B, Gabrielle, Gwenaëlle, Dounia, Stéphanie

Les salariés

MARION : Responsable secteur GAF et Gym Adaptée

Licence STAPS, CQP AGA, Moniteur fédéral,
juge GAF et teamgym
marion.meric@live.fr

CÉLIA : Responsable secteur Loisir, Baby-Gym et GAM

BPJEPS, moniteur fédéral, CQP AGA, juge teamgym,
animateur baby-gym

Le bureau

PRÉSIDENTS : Thierry CARLAT et Laurent BONNET

laurent.bonnet1975@gmail.com - tel : 06 81 62 88 33

SECRÉTAIRES : Valérie CAMPOS et Gwenalle QUINTIN

TRÉSORIÈRES : Anne MERIC et Véronique CARLAT



JOURS D'INSCRIPTIONS

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

Mercredi 26 Août,
Mercredi 2 Septembre 2020 de 10h à 18h

10 Av. du Général Sarraill, 11000 CARCASSONNE

mail : carcassonneolympiquegym@gmail.com

BABY GYM ET ÉVEIL GYMNIQUE de 15 mois à 5 ans

Encadrée par Célia, Dounia, Marion, Stéphanie

La gymnastique est abordée à travers des exercices ludiques et évolutifs, qui visent à développer l'imaginaire de l'enfant. Le club est labellisé « Petite Enfance ».

15 mois - 24 mois (09/2018 à 06/2019)

mercredi 17h45-18h30 ou jeudi 16h30-17h15
avec Dounia Célia et les parents

2 - 3 ans (01/2017 à 08/2018)

mercredi 16h-16h45 ou vendredi 16h30-17h15
avec Dounia Célia et les parents

15 mois - 3 ans (09/2017-06/2019)

mercredi 11h-11h45, avec Célia

4-5 ans (01/2015 à 12/2016)

mercredi 16h45-17h45 ; vendredi 17h15-18h15
avec Dounia et Stéphanie

3-5 ans (01/2015-08/2017)

mercredi 9-10h avec Marion

Tarif : de 170 à 180€ l'année

Reprise le mercredi 9 septembre 2020

GYMNASTIQUE COMPÉTITIVE FÉMININE (GAF)

Encadrée par Marion, Célia, Elodie, Gwenaëlle,
Dounia, Gaby et Laurent

Activité gymnique pour les confirmées, avec des compétitions officielles. Pour les enfants de plus de 6 ans jusqu'à l'adolescence. Test obligatoire pour intégrer ces groupes.

Poussines : mercredi 16h-18h et jeudi 18h-20h, avec Marion

Performance : lundi /mardi 17h30-20h, mercredi

10h-12h30, vendredi 18h-20h, avec Marion et Laurent

Fédérale 1 : mercredi 16h-18h et vendredi 18h15-20h15,
avec Dounia, Gwenaëlle et Gaby

Fédérale 2 : lundi 17h-19h, mercredi 13h-15h et jeudi
18h30-20h30, avec Célia

Fédérale 3 : lundi 18h30-20h30, jeudi 17-19h et vendredi
17h30-20h, avec Célia

Tarif : de 320€ à 360€ l'année

Reprise à partir du lundi 17 Août 2020

GYM MASCULINE (GAM)

Encadrée par Célia

Activité gymnique pour débutants à confirmés, avec possibilité de compétitions officielles. Test obligatoire pour intégrer ces groupes.

Compétiteurs : mardi 18h30-20h30, mercredi 15h-17h30
et vendredi 17h30-20h avec Célia

Access gym : mercredi 15h-16h avec Célia

Tarif : de 260€ à 340€ l'année

Reprise à partir du mercredi 9 septembre 2020 (Access Gym)

Reprise à partir du lundi 17 août 2020

pour les compétiteurs

GYM ADULTE (MIXTE)

à partir de 18 ans

En autonomie

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

Lundi, vendredi : 19h - 20h30

Tarif : 150€ l'année

Reprise le lundi 7 septembre 20120

GYM LOISIR (masculine et féminine) à partir de 5 ans

Encadrée par Célia, Dounia Gwenaëlle et Gaby

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 et détendu en plus.

Débutants (N1) : mercredi 9h-10h et/ou mercredi
15h-16h et/ou mardi 17h30-18h30

Intermédiaires (N2) : mercredi 9h-10h et/ou 10h-11h
et/ou mercredi 17h30-18h30 et/ou jeudi 17h30-18h30

Confirmés (N3- Access Gym) : mercredi 10h-11h et/ou
mercredi 18h30-19h30 et/ou jeudi 18h30-19h30

Tarif : de 260 à 320€ l'année
Possibilité de faire 2 cours par semaine

Reprise à partir du mardi 8 septembre 2020
Orientation dans les groupes de niveau le samedi 5/09

GYM HORAIRES AMÉNAGÉS

Encadrée par Marion et Laurent

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

Lundi : 15h-19h30

Mardi : 15h-19h30

Mercredi : 13h-16h

Jeudi : 12h-18h

Vendredi : 12h-18h

Tarif : 400€ l'année

Reprise le lundi 17 août 2020

GYM PLUS ! POUR TOUS LES ENFANTS

à partir de 6 ans

Gym tous les matins pendants les vacances et activités sportives ou créatives l'après midi.

Le planning sera communiqué fin septembre.