

NOS ENTRAINEURS et ADMINISTRATIFS

Saison 2017 - 2018

— 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)
- 2 Cours par semaine = 230€ (180+50)

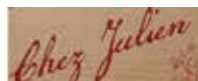
3 - 5 ans

- 1 cours par semaine = 180€ (130+50)
- 2 cours par semaine = 240€ (190+50)

— Nos sponsors —



Garcia JL
fille & fils



— Bénévoles —

Laurent P : Responsable juge du club Juge GAM et GAF

Elodie : Initiateur régional et Petite Enfance, juge GAF

Nishal : animateur GAM

Aides aux entraineurs : Laurent B, Léna, Yousra, Sara, Olivia, Cyril

— Salariés —

Marion : Responsable secteur GAF 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

Florine : Responsable secteur baby gym
Cap petite enfance, animateur GAF, juge teamgym

— Le bureau —

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

Secrétaires : Muriel GUILLARD et Valérie CAMPOS

Trésorières : Anne MERIC et Véronique CARLAT



Jours d'inscriptions :

Les mercredis 30 Août, 6 et 13 Septembre 2017
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 Florine 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 et/ou samedi 10h-10h45 avec Florine, et les parents

3 - 4 ans (2013-2014) : mercredi 10h-11h et/ou mercredi 15h30-16h30 et/ou samedi 9h-10h avec Florine et Léna

4 - 5 ans (2012-2013) : mercredi 10h-11h et/ou mercredi 16h30-17h30 et/ou samedi 9h-10h avec Florine et Léna

Tarif : de 170 à 240€ l'année (licence FFGym incluse)
Possibilité de faire 2 cours par semaine
Reprise le mercredi 20 septembre 2017

GYM LOISIR (Masculine et féminine)

Encadrée par Célia, Florine, Marion

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.

2012 : lundi 17h30-18h30 et/ou mercredi 10h-11h et/ou mercredi 15h-16h

2011 : lundi 17h30-18h30 et/ou mercredi 10h-11h et/ou mercredi 15h-16h

2010 : lundi 17h30-18h30 et/ou mercredi 10h-11h et/ou mercredi 16h-17h

2009 : lundi 17h30-18h30 et/ou mercredi 11h-12h et/ou mercredi 16h-17h

2008 : mercredi 11h-12h et/ou mercredi 17h-18h et/ou vendredi 17h30-18h30

2007 : mercredi 11h-12h et/ou mercredi 17h-18h et/ou vendredi 17h30-18h30

2006 et - : mercredi 17h30-18h30 et/ou vendredi 17h30-18h30

Tarif : de 260 à 320€ l'année (licence FFGym incluse)
Possibilité de faire 2 cours par semaine
Reprise le lundi 18 septembre 2017

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 22 septembre 2017

GYM MASCULINE (GAM)

Encadrée par Célia, Marion et Nishal

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

Evolugym et DR : mercredi 13h30-15h et jeudi 17h-18h30

Acro Jump GAM : mercredi 18h-19h

Tarif : de 260€ à 320€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le mercredi 20 septembre 2017

TEAM GYM (mixte)

Encadrée par Célia et Marion

A partir de 12 ans

Activité gymnique de compétition. Très acrobatique et rythmée, la Team Gym se déroule par équipe de 6 à 12 gymnastes, féminine, masculine ou mixte. (à partir de 12 ans) Elle se pratique sur 3 agrès : sol, piste acro et table de saut. La particularité réside dans le passage en cascade.

Team Compétition : Mardi 19h-20h30 et vendredi 19h-20h30

Tarif : 320€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le Mardi 19 septembre 2017

GYM ADULTE (mixte)

Encadrée par Célia, Marion et Florine

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 : 200€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le Mardi 19 septembre 2017

GYMNASTIQUE COMPETITIVE FEMININE (GAF)

Encadrée par Marion, Célia, Florine 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-17h et jeudi 18h-20h avec Marion

Benjamines Perf : lundi /mardi/vendredi 18h-20h, mercredi 13h-15h avec Marion et Laurent

Poussines : mercredi 13h30-15h30 et jeudi 17h30-19h30 avec Florine

Fédérale 1 : mercredi 18h30-20h, vendredi 18h30-20h avec Florine

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

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

Tarif : de 320€ à 360€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le lundi 4 septembre 2017

GYM HORAIRES AMENAGES

Encadrée par Marion, Célia, Florine 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

Vendredi : 14h-19h

Samedi : 10h-12h30

Tarif : 400€ l'année (licence FFGym incluse)
Reprise le lundi 21 août 2017

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.