AVENIR DE RENNES

GYMNASTIQUE

La Section Gymnastique de l'Avenir de Rennes propose des cours pour filles et garçons dès l'âge de 18 mois

On distingue différents agrès :

- ✧ **Pour les filles** : Saut de Cheval, Barres Asymétriques, Poutre et Sol.
- ✧ **Pour les garçons** : Saut de Cheval, Barre Fixe, Anneaux, Barres Parallèles, Arçons et Sol.

*Notre salle (exclusivement réservée à la pratique de la gymnastique) comporte du matériel pédagogique adapté aux tous petits ainsi qu'à la pratique compétitive.*

## *LES SEANCES*

✧ GYM LOISIRS

- **TooBaby : (né en 2017)**
  Samedi : 9h30-10h15
- **Baby-Gym : (2015/2016)**
  Mercredi : 10h15-11h00
  Samedi : 10h30-11h15
- **École de Gym : (2014)**
  Mercredi : 11h00-12h00
  Jeudi : 16h45-18h15
  Samedi : 11h15-12h15
- **Gym Loisirs adulte aux agrès**
  Lundi : 20h00-21h45

✧ GYM ADULTE

- **Renforcement musculaire**
  Lundi : 12h00-13h00
  Lundi : 18h45-19h45 (Salle Courrouze*)
  Mardi : 20h15-21h15
  Jeudi : 12h00-13h00
- **Pilates**
  Mardi : 12h00-12h45
  Vendredi : 12h00-12h45 (Salle Courrouze*)
  Vendredi : 16h00-16h45
- **Sport santé**
  Jeudi : 10h30-11h30

✧ GYM DE COMPETITION

- ***Poussines (2011/2012/2013)***
  Lundi : 16h45-18h30 (compétition)
  Mercredi : 13h30-15h30 (Loisir + compétition)
  Jeudi : 16h45 – 18h15 (débutantes)
- ***Benjamines (2009/2010)***
  Mardi : 16h45-18h30 (compétition)
  Mercredi : 15h30-17h30 (loisir + compétition)
  Vendredi : 16h45-18h15 (débutantes, loisir)
- ***Jeunesses (2006/2007/2008)***
  Mardi : 18h30-20h15 (compétition)
  Jeudi : 18h30-20h30 (compétition)
  Vendredi : 18h15-19h45 (débutantes, loisir)
- ***Poussines et Benjamines Compet***
  Lundi : 16h45-18h30
  Mardi 16h45-18h30
  Mercredi : 16h30-18h30 (SIUAPS**)
- ***Ainées (à partir de 15 ans)***
  Mardi : 18h30-20h15 (compétition)
  Jeudi : 18h30-20h30 (compétition)
  Vendredi : 18h15-19h45 (débutantes, loisir)
- ***Groupes Perf***
  Lundi : 18h30-20h00
  Mercredi : 17h30-19h30
  Vendredi : 18h30-20h30 (SIUAPS**)

## *L'ENCADREMENT*

Tous les cadres qui interviennent sur les groupes loisir ou compétition sont diplômés de formations dispensées par la Fédération Française de Gymnastique du niveau Initiateur au Brevet d'État.

## *LES TARIFS*

| | | |
|---|---|---|
| • TooBaby | Un trimestre | 60 Euros |
| | L'année | 160 Euros |
| • Baby-Gym | | 160 Euros |
| • Ecole de Gym | | 160 Euros |
| • Gym Compétition | | 165 Euros |
| • Gym Adulte | | |
| ▪ | 1 Cours /semaine | 165 Euros |
| ▪ | 2 Cours / semaine | 185 Euros |
| ▪ | 3 Cours et plus | 210 Euros |

## *MODALITES D'INSCRIPTION*

1 certificat médical,
2 photos d'identité,
la fiche de renseignements,
la cotisation***.

## *INFORMATIONS PRATIQUES*

- **Dépôt du dossier de réinscription ou d'inscription :**

Permanence le **mercredi 4 septembre 2019** au Gymnase St Cyr : **10h00-12h30 et 13h30-17h30**

- **Reprise des entraînements :**

Gym Compétition : **9 septembre 2019**
Gym adultes : **16 septembre 2019**
Baby Gym/Ecole de gym : **18 septembre 2019**

**Siège AVENIR de RENNES :**
35 Ter, rue Louis Guilloux
35000 – RENNES
**Salle de Gymnastique : 02 99 59 74 19**

**Site :** http://avenirderennes-gymnastique.fr/

**E-Mail** : avenir_rennes.gym @live.fr **ou**
gymnastique@avenir-rennes.com

facebook : Gym Avenir de Rennes

Instagram : Gym_AvenirRennes

## RESPONSABLE DE LA SECTION GYM

- Anne-Françoise VETIER 06 11 14 51 95
  vetier@live.fr

## ENTRAINEURS

- Marion CHICHERIE 06 73 72 14 33
  gymnastique@avenir-rennes.com
- Delphine Lachambre
- Marine Lucas
- Anne-Françoise VETIER

Salle de Gymnastique

Rue du Pré de Bris

Parc St Cyr à RENNES

*** Cotisation acquittée dès le 1er cours

**SIUAPS : Rue Doyen Denis Leroy
*Gymnase la Courrouze : Allée du Bois Habité