

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.



### 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.*



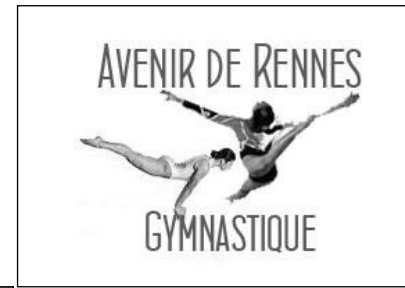
### Salle de Gymnastique St Cyr

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

**Rue du Pré de Bris  
Parc St Cyr à RENNES**

## NOTRE PROGRAMME DE SEANCES 2023 - 2024

✧ <u>GYM DES PETITS LOISIRS</u>	✧ <u>GYM ADULTE</u>	✧ <u>GYM DE COMPETITION et LOISIRS</u>	
<p><b>MERCREDI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Baby-Gym : (2019/2020)</b> 10h15-11h00</li> <li>○ <b>École de Gym : (2018)</b> 11h00-12h00</li> </ul> <p><b>SAMEDI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>TooBaby : (2020/2021)</b> 9h45-10h30</li> <li>○ <b>Baby-Gym : (2019/2020)</b> 10h30-11h15</li> <li>○ <b>École de Gym : (2018)</b> 11h15-12h15</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Renforcement musculaire</b> Lundi : 12h00-13h00 Lundi : 18h00-19h00 (Salle C. Véron**) Mardi : 20h15-21h00 Jeudi : 12h00-13h00</li> <li>○ <b>Pilates</b> Mardi : 12h15-13h Vendredi : 16h00-16h45</li> <li>○ <b>Yoga-Pilates</b> Vendredi : 12h15-13h</li> <li>○ <b>Stretching</b> Lundi : 15h00-16h00</li> <li>○ <b>Gym Loisirs adulte aux agrès</b> Lundi : 20h00-21h45</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Poussin-e-s (2015/2016/2017)</b> Lundi : 16h45-18h30 (compétition) Mercredi : 13h30-15h30 (Loisir + compétition) Jeudi : 16h45 - 18h15 (débutant-e-s)</li> <li>○ <b>Benjamin-e-s (2013/2014)</b> Mardi : 16h45-18h30 (compétition) Mercredi : 15h30-17h30 (loisir + compétition)</li> </ul> <p>Débutant-e-s, loisirs : cours ouvert aux 2015 Vendredi : 16h45-18h15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Jeunesses (2010/2011/2012)</b> Mardi : 18h30-20h15 (compétition) Jeudi : 18h30-20h30 (compétition) Vendredi : 18h15-19h45 (débutantes, loisir)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Aînées (à partir de 15 ans)</b> Mardi : 18h30-20h15 (compétition) Jeudi : 18h30-20h30 (compétition) Vendredi : 18h15-19h45 (débutantes, loisir)</li> <li>○ <b>Poussines et Benjamines Perf</b> Lundi : 16h45-18h30 Mardi 16h45-18h30 Mercredi : 16h-18h00 (SIUAPS***)</li> <li>○ <b>Groupes Perf</b> Lundi : 18h30-20h00 Mercredi: 17h30-19h30 Vendredi: 18h30-20h30 (SIUAPS***)</li> </ul>



## LES TARIFS

### ° TooBaby

- 1 trimestre **65 Euros**
- L'année **185 Euros**

### ° Baby-Gym et Ecole de Gym **185 Euros**

### ° Gym Compétition et Loisirs **190 Euros**

Forfait Pedibus 20 Euros

Forfait Stages (hors activités extérieures) 20 Euros  
pour les gyms compétition

### ° Gym Adulte

- 1 Cours par semaine **190 Euros**
- 2 Cours par semaine **220 Euros**
- 3 Cours et plus **250 Euros**

## MODALITES D'INSCRIPTION

La fiche de renseignements / inscription  
Le questionnaire de santé rempli ou un certificat  
médical, 1 photo d'identité,  
Règlement intérieur signé  
Autorisation parentale signée (sauf adulte et toobaby)  
Attestation d'assurance scolaire  
Cotisation\*

### ◆ RESPONSABLE DE LA SECTION GYMNASTIQUE

Anne-Françoise VETIER  
06 11 14 51 95 / [vetier@live.fr](mailto:vetier@live.fr)

### ◆ ENTRAINEURS

Marion CHICHERIE - 06 43 34 52 39  
Delphine LACHAMBRE  
Maiwenn HEUDE  
Anne-Françoise VETIER  
[gymnastique@avenir-rennes.com](mailto:gymnastique@avenir-rennes.com)

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Dépôt du dossier de réinscription ou d'inscription :

Permanence le **samedi 02/09/2023**

au gymnase de la courrouze de 10h à 12h et

les **mercredis 06/09 et 13/09/2023** au Gymnase St Cyr  
de 10h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

### Reprise des entraînements :

à partir du lundi 18 septembre 2023

Gyms des groupes perf

à partir du lundi 11 septembre

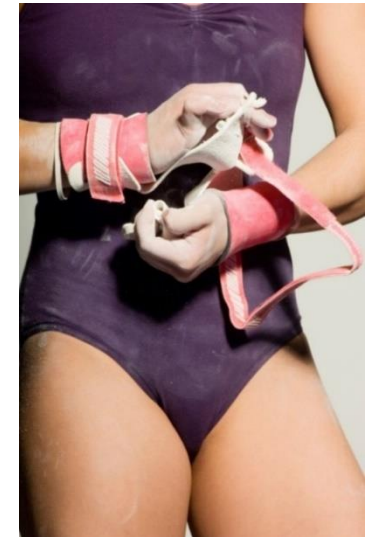


**Rue du Pré de Bris  
Parc St Cyr à RENNES**

\* Cotisation acquittée dès le 1<sup>er</sup> cours

\*\* Gymnase 8 Rue Constant Véron

\*\*\* SIUAPS : Rue Doyen Denis Leroy



## NOUS CONTACTER

**Salle de Gymnastique : 02 99 59 74 19**

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

**E-Mail :** [avenir\\_rennes.gym@live.fr](mailto:avenir_rennes.gym@live.fr)

**ou** [gymnastique@avenir-rennes.com](mailto:gymnastique@avenir-rennes.com)



: Gym Avenir de Rennes



: [Gymnastiqueavenirderennes](https://www.instagram.com/gymnastiqueavenirderennes)