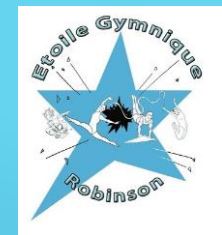


fitness  
podium  
gymnase  
club médaille  
bonne fosse  
collectif détente  
sport amusement  
agrès rire  
jeu soleil  
saut roulade  
sol EGR  
main jouer  
barre coach  
joie échappe barre rondade  
poutre aventures  
trampoline  
humeur praticable  
parkours lune

# SAISON 2021 2022

# PLANNING PETITE ENFANCE LOISIRS ET ADULTES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
16h00						9h00
16h15						9h15
16h30						9h30
16h45						9h45
17h00						10h00
17h15						10h15
17h30						10h30
17h45						10h45
18h00						11h00
18h15						11h15
18h30						11h30
18h45						11h45
19h00						12h00
19h15						15h30
19h30						15h45
19h45						16h00
20h00						16h15
20h15						16h30
20h30						16h45
20h45						17h00
21h00						17h15
21h15						17h30
21h30						17h45
21h45						18h00
22h00						18h15
						18h30

16h00						16h00
16h15						16h15
16h30						16h30
16h45						16h45
17h00						17h00
17h15						17h15
17h30						17h30
17h45						17h45
18h00						18h00
18h15						18h15
18h30						18h30
18h45						18h45
19h00						19h00
19h15						19h15
19h30						19h30
19h45						19h45
20h00						20h00
20h15						20h15
20h30						20h30
20h45						20h45
21h00						21h00
21h15						21h15
21h30						21h30
21h45						21h45
22h00						22h00

16h00						16h00
16h15						16h15
16h30						16h30
16h45						16h45
17h00						17h00
17h15						17h15
17h30						17h30
17h45						17h45
18h00						18h00
18h15						18h15
18h30						18h30
18h45						18h45
19h00						19h00
19h15						19h15
19h30						19h30
19h45						19h45
20h00						20h00
20h15						20h15
20h30						20h30
20h45						20h45
21h00						21h00
21h15						21h15
21h30						21h30
21h45						21h45
22h00						22h00

16h00						16h00
16h15						16h15
16h30						16h30
16h45						16h45
17h00						17h00
17h15						17h15
17h30						17h30
17h45						17h45
18h00						18h00
18h15						18h15
18h30						18h30
18h45						18h45
19h00						19h00
19h15						19h15
19h30						19h30
19h45						19h45
20h00						20h00
20h15						20h15
20h30						20h30
20h45						20h45
21h00						21h00
21h15						21h15
21h30						21h30
21h45						21h45
22h00						22h00

16h00						16h00
16h15						16h15
16h30						16h30
16h45						16h45
17h00						17h00
17h15						17h15
17h30						17h30
17h45						17h45
18h00						18h00
18h15						18h15
18h30						18h30
18h45						18h45
19h00						19h00
19h15						19h15
19h30						19h30
19h45						19h45
20h00						20h00
20h15						20h15
20h30						20h30
20h45						20h45
21h00						21h00
21h15						21h15
21h30						21h30
21h45						21h45
22h00						22h00

<b>BABY</b> 9h00 - 9h45 Cyril H	<b>BABY</b> 9h00 - 9h45 Nawel
---------------------------------------	-------------------------------------

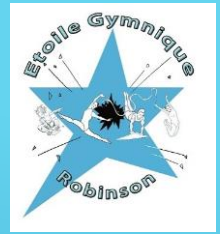
<b>Eveil</b> 10h00 - 10h45 Cyril H	<b>Eveil</b> 10h00 - 10h45 Nawel
--	--

<b>GAF Loisir Poussine</b> 10h45 - 12h15 Cyril H	
--	--

<b>GAF Loisir Benjamine</b> 15h30 - 17h00 Cyril H	<b>GAF Loisir Poussine</b> 15h30 - 17h00 Anaïs / Manon
---	--

<b>GYM ADULTE</b> 17h00 - 18h30 Cyril	
---	--

# PETITE ENFANCE 2021 2022



## BABY

Enfants nés en 2018 et 2019  
Accompagnés d'un adulte

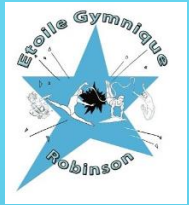
Horaires: Samedi 9h00 – 9h45  
Tarif: Cotisation de 260€

## EVEIL

Enfants nés en 2016 et 2017  
Sans accompagnement

Horaires: Samedi 10h00 – 10h45  
Tarif: Cotisation de 260€

# GYMNASTIQUE ARTISTIQUE LOISIRS 2021 2022



## GAF loisir Poussine

Filles nées en 2013, 2014 et 2015  
(CP, CE1, CE2)

1 cours par semaine

Horaires au choix:

- Mercredi 16h30 -18h00 **COMPLET**
- Mercredi 17h00 -18h30 **COMPLET**
- Samedi 10h45 -12h15 **COMPLET**
- Samedi 15h30-17h00

Tarif: Cotisation de 280€

## GAF loisir Benjamine

Filles nées en 2011 et 2012  
(CM1, CM2)

1 cours par semaine

Horaires au choix:

- Mercredi 16h30 -18h00 **COMPLET**
- Jeudi 17h00 -18h30
- Samedi 15h30 – 17h00

Tarif: Cotisation de 280€

## GAF loisir Collège

Filles nées en 2007, 2008, 2009 et 2010  
(6<sup>ième</sup>, 5<sup>ième</sup>, 4<sup>ième</sup>, 3<sup>ième</sup>)

1 cours par semaine

Horaires au choix:

- Lundi 18h30 – 20h00
- Mardi 18h30 – 20h00

Tarif: Cotisation de 280€

## GAF loisir Lycée

Filles nées en 2004, 2005, 2006 et 2007  
(3<sup>ième</sup>, 2<sup>nde</sup>, 1<sup>ère</sup>, Term)

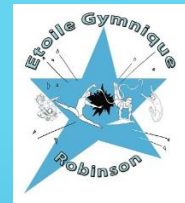
1 cours par semaine

Horaires :

- Mardi 20h00 – 21h30

Tarif: Cotisation de 280€

# GYMNASTIQUE ADULTES



## Fitness Adulte VISIO

1 cours par semaine

Horaires :

- Mardi 21h00 – 22h00 en visio

Tarif: Cotisation de 180€

## Fitness Adulte en salle

1 cours par semaine

Horaires :

- Mercredi 20h30 – 22h00 en salle

Tarif: Cotisation de 200€

## GYM aux agrès Adultes

1 cours par semaine

Horaires :

- Samedi 17h00 18h30 en salle

Tarif: Cotisation de 260€

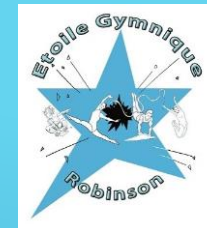
## Forfait 2 cours par semaine au choix parmi les 3

Tarif: Cotisation de 300€

## Forfait 3 cours par semaine

Tarif: Cotisation de 330€

# Nouveau!

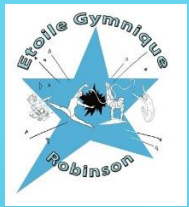


# PLANNING GAF COMPETITION

LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI			SAMEDI		
14h00			14h00			14h00			14h00			14h00			9h45		
14h15			14h15			14h15			14h15			14h15			10h00		
14h30			14h30			14h30			14h30			14h30			10h15		
14h45			14h45			14h45			14h45			14h45			10h30		
15h00			15h00			15h00			15h00			15h00			10h45		
15h15			15h15			15h15			15h15			15h15			11h00		
15h30			15h30			15h30			15h30			15h30			11h15		
15h45			15h45			15h45			15h45			15h45			11h30		
16h00			16h00			16h00			16h00			16h00			11h45		
16h15			16h15			16h15			16h15			16h15			12h00		
16h30			16h30			16h30			16h30			16h30			12h15		
16h45			16h45			16h45			16h45			16h45			12h30		
17h00			17h00			17h00			17h00			17h00			12h45		
17h15			17h15			17h15			17h15			17h15			13h00		
17h30			17h30			17h30			17h30			17h30			13h15		
17h45			17h45			17h45			17h45			17h45			13h30		
18h00			18h00			18h00			18h00			18h00			13h45		
18h15			18h15			18h15			18h15			18h15			14h00		
18h30			18h30			18h30			18h30			18h30			14h15		
18h45			18h45			18h45			18h45			18h45			14h30		
19h00			19h00			19h00			19h00			19h00			14h45		
19h15			19h15			19h15			19h15			19h15			15h00		
19h30			19h30			19h30			19h30			19h30			15h15		
19h45			19h45			19h45			19h45			19h45			15h30		
20h00			20h00			20h00			20h00			20h00			15h45		
20h15			20h15			20h15			20h15			20h15			16h00		
20h30			20h30			20h30			20h30			20h30			16h15		
20h45			20h45			20h45			20h45			20h45			16h30		
21h00			21h00			21h00			21h00			21h00			16h45		
21h15			21h15			21h15			21h15			21h15			17h00		
21h30			21h30			21h30			21h30			21h30					
21h45			21h45			21h45			21h45			21h45					
22h00			22h00			22h00			22h00			22h00					

# GYMNASTIQUE COMPETITION 2021 2022

## FILLES NÉES EN 2011 ET APRÈS



### Pré poussine (PP)

Filles nées en 2016 et 2017  
(MS, GS)

2 cours par semaine

Horaires :

- Mercredi 15h30 – 17h00
- Samedi 11h00 – 12h30

Tarif: Cotisation de 320€  
+licence FFGYM 42€

### Poussine 2 (P2)

Filles nées en 2014 et 2015  
(CP, CE1)

3 cours par semaine

Horaires :

- Lundi 17h00 – 18h30
- Mardi 17h00 -18h30
- Jeudi 17h00 – 18h30

Tarif: Cotisation de 360€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps rouge du club (35€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

### Benjamines 2 (B2)

Filles nées en 2011 et 2012  
(CM1, CM2))

3 cours par semaine

Horaires :

- Mardi 18h30-20h00
- Jeudi 19h00- 20h30
- Vendredi 17h00 – 18h30

Tarif: Cotisation de 360€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps rouge du club (35€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

### Benjamines 3 (B3)

Filles nées en 2011 et 2012  
(CM1, CM2)

2 cours par semaine

Horaires :

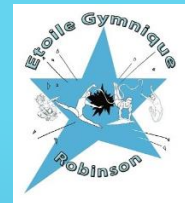
- Lundi: 18h30 – 20h00
- Mercredi 18h00 – 19h30

Tarif: Cotisation de 320€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps rouge du club (35€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

# GYMNASTIQUE COMPETITION 2021 2022

## FILLES NÉES EN 2010 ET AVANT



### Minimes 3 (M3)

Filles nées en 2009 et 2010  
(6<sup>ième</sup>, 5<sup>ième</sup>)

2 cours par semaine

Horaires :

Groupe 1:

- Lundi: 19h00 – 21h00
- Vendredi 19h30 – 21h30

Groupe 2:

- Mercredi: 18h00 – 20h00
- Vendredi 17h45 – 19h45

Tarif: Cotisation de 347€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps rouge du club (35€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

### Toutes catégories 2 (TC2)

Filles nées en 2008 et avant  
(4<sup>ème</sup>, 3<sup>ième</sup>, 2<sup>nde</sup>, 1<sup>ère</sup>, Term)

2 cours par semaine

Horaires :

- Lundi: 19h30 – 21h30
- Vendredi 19h30 – 21h30

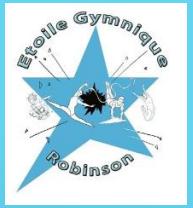
Tarif: Cotisation de 347€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps rouge du club (35€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année



# GYMNASTIQUE COMPETITION 2021 2022

## GROUPES SUR LISTE ET/OU TEST



### Poussine 1 (P1)

Filles nées en 2013 et 2014  
(CE1, CE2)

3 cours par semaine

Horaires :

- Lundi 17h00 – 19h00
- Vendredi 17h00 – 19h30
- Samedi 13h00 – 15h30

Tarif: Cotisation de 427€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps bleu du club (90€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

### Benjamines 1 (B1)

Filles nées en 2011 et 2012  
(CM1, CM2))

3 cours par semaine

Horaires :

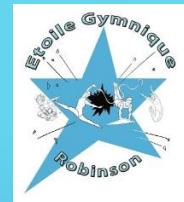
- Lundi 17h00 – 20h00
- Vendredi 17h00 – 20h00
- Samedi 13h30 - 16h30

Tarif: Cotisation de 480€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps bleu du club (90€) +maniques (30€)  
sera demandé en cours d'année

# GYMNASTIQUE COMPETITION 2021 2022

## SECTEUR PERFORMANCE – SUR LISTE ET TESTS



### MC1 Horaires aménagées

Filles nées en 2007, 2008, 2009 et 2010  
(6<sup>ième</sup>, 5<sup>ième</sup>, 4<sup>ième</sup>, 3<sup>ième</sup>)

Scolarisées en classe CHAM/SPORT au  
collège Nicolas Ledoux

4 ou 5 cours par semaine

Horaires :

- Mardi 15h00 – 18h30
- Mercredi 18h00 – 20h30
- Jeudi 16h00 -18h30
- Vendredi 18h00 – 21h00

et pour celles qui viennent 5 fois :

- Samedi 10h00 – 13h00

Tarif pour 4 fois: Cotisation de 547€  
+ licence FFGYM 42€

Tarif pour 5 fois: Cotisation de 627€  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps bleu du club (90€) +maniques  
(30€) sera demandé en cours d'année

### Performance extérieure

Filles nées en 2007, 2008, 2009 et 2010  
(6<sup>ième</sup>, 5<sup>ième</sup>, 4<sup>ième</sup>, 3<sup>ième</sup>)

4 ou 5 cours par semaine

Horaires :

- Mardi 18h00 – 20h30
- Mercredi 18h00 – 20h30
- Jeudi 18h00 -20h30
- Vendredi 18h00 – 21h00

et pour celles qui viennent 5 fois :

- Samedi 10h00 – 13h00

Tarif pour 4 fois: Cotisation de 520€  
+ licence FFGYM 42€

Tarif pour 5 fois: Cotisation de 600 €  
+ licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps bleu du club (90€) +maniques (30€) sera  
demandé en cours d'année

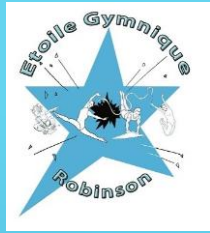
### Toutes catégories 1 (TC1)

Filles nées en 2006 et après (lycée) - 3 cours par semaine  
Mercredi 18h00 – 20h30, Vendredi 18h00 – 21h00, Samedi 10h00 – 13h00

Tarif : Cotisation de 480€ + licence FFGYM 42€

L'achat du justaucorps bleu du club (90€) +maniques (30€) sera demandé en cours d'année

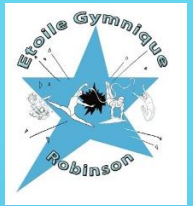
# PLANNING PARKOURS / FREESTYLE



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
14h00						
14h15						
14h30						
14h45						
15h00						
15h15						
15h30						
15h45						
16h00						
16h15						
16h30						
16h45						
17h00						
17h15	PK Academie	PK Academie	PK Traceur			
17h30	17h00 - 18h30	17h00 - 18h30	16h30 - 18h30			
17h45	Kévin	Kévin / Souwaily	Kévin			
18h00						
18h15						
18h30						
18h45						
19h00						
19h15						
19h30						
19h45						
20h00						
20h15						
20h30						
20h45						
21h00						
21h15	PK Confirmé		PK Traceur +	PK Traceur	PK Confirmé	
21h30	20h00 - 22h00		18h30 - 20h30	18h30 - 20h30	18h30 - 20h00	
21h45	Kévin		Kévin / Souwaily	Kévin	Kévin / Souwaily	
22h00						
22h15						
22h30						
22h45						
23h00						
23h15						
23h30						
23h45						
24h00						

# FREESTYLE - PARKOURS 2021 2022

## GARÇONS ET FILLES



### PARKOURS ACADEMY

Enfants nés entre 2011 et 2016  
(GS et primaire)  
1 cours au choix par semaine

Horaires au choix:

- Lundi 17h00 – 18h30
- Mardi 17h00 -18h30
- Samedi 15h00 – 16h30

Tarif: Cotisation de 280€  
+ licence FFGYM 42€

### PARKOURS TRACEUR+

Enfants nés entre 2007 et 2010  
(Collège)

2 cours par semaine

Horaires:

- Mercredi 18h30 – 20h30
- Vendredi 18h00 – 20h00

Tarif: Cotisation de 400€  
+ licence FFGYM 42€

### PARKOURS TRACEUR

Enfants nés entre 2007 et 2010  
(Collège)

1 cours au choix par semaine

Horaires au choix:

- Mercredi 16h30 – 18h30
- Jeudi 18h30 – 20h30

**COMPLET**

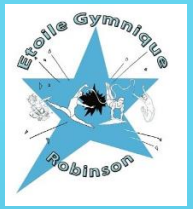
Ou sur un des cours Traceurs +:

- Mercredi 18h30 – 20h30
- Vendredi 18h00 – 20h00

Tarif: Cotisation de 294€  
+ licence FFGYM 42€

# FREESTYLE - PARKOURS 2021 2022

## GARÇONS ET FILLES



### PARKOURS CONFIRME

Pratiquants nés avant 2006 (Lycée et +)

1 ou 2 cours au choix par semaine

Horaires:

- Lundi 20h00 – 22h00
- Samedi 16h30 – 18h30

Tarif pour 1 fois: Cotisation de 294€  
+ licence FFGYM 42€

Tarif pour 2 fois: Cotisation de 400€  
+ licence FFGYM 42€