

# 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**

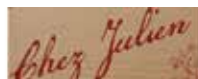
1 cours par semaine = 180€ (130+50)

2 cours par semaine = 240€ (190+50)

## — Nos sponsors —



**Garcia JL**  
file & 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, imaginaire, 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.