

# LA GYMNASTIQUE DÉCOUVERTE ET LOISIR

Ecole Initiation : 4 à 5 ans (2017 à 2016)

- Mercredi de 9h à 10h30

Anima Gym : 6 et 7 ans (2015 à 2014)

- Mercredi 13h à 14h30

Débutants : 8 à 10 ans (2013 à 2011)

- Mercredi de 14h30 à 16h30

Gym Ado et Adulte :

- Lundi 19h30 à 21h
- Mercredi 19h à 20h30

## LA GYMNASTIQUE DE COMPÉTITION

Fédérale A 10/12ans :

- Lundi de 17h à 19h30
- Mercredi de 17h à 19h30
- Jeudi de 17h à 19h30

Performance 7/9ans :

- Lundi de 17h à 19h30
- Mardi de 17h à 19h30
- Mercredi de 14h30 à 17h
- Vendredi de 17h à 19h30

Nationale A 10/15ans :

- Lundi au Vendredi 17h à 19h30
- Mercredi 16h à 19h

## DESSCRIPTIF DES GROUPES

Ecole initiation : 4 et 5 ans (2016 à 2017)  
Développement de la motricité et découverte des agrès

Anima Gym : 6 et 7 ans (2014 à 2015)  
Découverte de la gymnastique aux agrès, familiarisation aux renversements et souplesse

Débutants : 8 à 10 ans (2013 à 2011)  
Découverte de la gymnastique aux agrès, familiarisation aux renversements et souplesse

Gym Ado et Adulte : Tous niveaux  
Gymnastique aux agrès, apprentissage des rudimentaires et approfondissement

Fédérale A 10 à 12ans : Niveau avancé  
Gymnastique de compétition : développement des qualités physiques et du goût de l'effort, projet d'expérience en finale Nationale

Fédérale A 12 ans et plus : Niveau avancé  
Gymnastique de compétition : développement des qualités physiques, projet sportif à construire

Performance : Niveau très avancé  
Gymnastique de compétition : développement des qualités physiques et mentales pour accéder au plus haut niveau

Nationale A : Niveau très avancé  
Gymnastique de compétition : développement des qualités physiques et mentales pour accéder au plus haut niveau

