

## INFORMATIONS CLUB

Renseignements :

[www.agm-vesoul.com](http://www.agm-vesoul.com)

- salle d'entraînement ou

- Claudette Salomé :

03 84 76 45 57

06 73 33 46 48

### 1°) Entraînements :

- **rentrée le mercredi 9 septembre.**
- maison des Associations, 53 rue Jean Jaurès, Vesoul (Salle spécialisée de gymnastique)
- deux Brevetés d'État des Activités Gymniques,
- des bénévoles diplômés de la Fédération Française de Gymnastique.

### 2°) Nos activités, nos horaires :

| Garçons  | École de gym<br>Initiation<br>Découverte<br>2001-2002-2003 | Compétition<br>Acrobates<br>2001-2002-2003 | Compétition<br>2000 et avant<br>18h à 19h30 | Compétition<br>17h 15- 19h | Compétition<br>18h 30 – 20h 30 | Loisirs<br>18h 30 à 20h 30 |
|----------|--|--|---|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| Mercredi | 16h 15 - 17h 45  | 18h - 19h 30                               | 18h à 19h30                                 |                            |                                |                            |
| Vendredi |  |  |   |                            |                                |                            |
| Samedi   | 9h 30 - 11h 30 Compétitifs                                 |  |   |                            |                                |                            |

| FILLES   | Petite Enfance   |               |                  | Adultes                           | Aérobic Sportive        | Trampoline       | École de Gym                              |   | Activités Gymniques   |                         |                                  |
|----------|--|---------------|------------------|-----------------------------------|-------------------------|------------------|---|---|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
|          | 2006 - 2007  | 2005          | 2004             |                                   |                         |                  | 2002-2003                                 | 2001-2002                                 | 2001-2002-2003        | 2000 et avant           | 2000 et avant                    |
|          | Baby Gym mixte   | Eveil mixte   | Initiation mixte | Activités Gymniques Loisir        | Compétition             | Plus de 9 ans    | Poussin(e)s initiation découverte plaisir | Poussin(e)s initiation découverte plaisir | Acrobates compétition | Débutants et Gym Loisir | GAF Compétition selon catégories |
| Lundi    |  |               |                  | entretien 20h15 – 21h 30          |                         |                  |   |   | 16h 30<br>18h         |                         | 17h 15 - 19h<br>18h 30 - 20h 15  |
| Mardi    |  |               |                  | Cardio vasculaires 20h15 – 21h 30 | Passion 20h 30 – 21h 30 |                  |   |   |                       |                         | 17h 15- 19h<br>18h 30 - 20h 15   |
| Mercredi | 11h 15<br>12h  |               | 9h 45 - 11h      |                                   |                         | 17h 45<br>19h 45 | 16h 15 - 17h 45                           | 17h 45 - 19h 15                           | 14h 00 - 16h          |                         | 13h 45 - 16h<br>18h – 20h        |
| Jeudi    |  | 17h 00<br>18h |                  | Entretien 12h 15 – 13h 30         |                         |                  |   |   |                       | 18h - 19h 45            |                                  |
| Vendredi |  |               |                  | séniors 9h30 – 11h                | Passion 20h 15<br>22h   |                  |   |   | 17h 15<br>19h         |                         | 17h 15 - 19h<br>18h 30 - 20h 30  |
| Samedi   |  |               |                  |                                   |                         |                  |   |   | 9h30<br>-11h 30       |                         | 9h30<br>-11h 30                  |
| Dim.     | teamGym, Aérobic Sportive, GAF : 9h 30 – 11h 30 (réservé étudiants et équipes compétition) |               |                  |                                   |                         |                  |   |   |                       |                         |                                  |

### 3°) Nos tarifs, Répartition des chèques : 1/10/09 ; 1/12/09 ; 1/02/10 ; 1/05/10

- Petite Enfance (2004 à 2007): **140 €** 4 chèques à l'inscription 50 € ; 30 € ; 30 € ; 30 €.
  - Activités gymniques de Loisir adultes **140 €** : 4 chèques à l'inscription 50 € ; 30 € ; 30 € ; 30 €.
  - Activités Gymniques (nés en 2003 et avant) : **170 €** 4 chèques à l'inscription 65 € ; 35 € ; 35 € ; 35 €
- Poussin(e)s, Aérobic Sportive, Gym Artistique Féminine (G.A.F.) et masculine (G.A.M)
- notre association est affiliée à l'ANCV, nous acceptons le paiement avec des chèques vacances ou des coupons sport
  - sur demande nous délivrons des reçus pour les C.E. qui participent au financement des activités sportives.
  - **Tarif famille :**
    - 2 adhésions : 10% sur les deux cotisations
    - 3 adhésions : 20 % sur les trois adhésions ;
    - 4 adhésions ou plus: 30% sur les adhésions.

### 4°) Licence/assurance :

Tous nos adhérents sont licenciés à la FFG.

**Une assurance est comprise.** La notice explicative étant encombrante, elle vous sera remise à l'inscription, notez qu'une assurance optionnelle est possible, notamment pour les salariés. Un exemplaire est consultable sur le tableau d'affichage.

**N'oubliez pas dans tous les cas de signer le verso de la feuille d'inscription.**

### 5°) Visite médicale : elle est obligatoire !

Vous pouvez faire faire un certificat de non contre-indication à la pratique de la gymnastique sportive par votre médecin de famille et le joindre aux autres documents lors de l'inscription **au plus tard le 15 Octobre 2009**

### 6°) Tenues d'entraînement : voir règlement intérieur (affichage ou internet)

- chaussons : inutiles.
- maniques : le club vend des maniques de différents modèles adaptées au travail aux barres asymétriques ou à la barre fixe.