

INFORMATIONS CLUB

Renseignements :

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 Initiation Découverte 2001-2002-2003	Compétition Acrobates 2001-2002-2003	Compétition 2000 et avant 18h à 19h30	Compétition 17h 15- 19h	Compétition 18h 30 – 20h 30	Loisirs 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 18h		17h 15 - 19h 18h 30 - 20h 15
Mardi				Cardio vasculaires 20h15 – 21h 30	Passion 20h 30 – 21h 30						17h 15- 19h 18h 30 - 20h 15
Mercredi	11h 15 12h		9h 45 - 11h			17h 45 19h 45	16h 15 - 17h 45	17h 45 - 19h 15	14h 00 - 16h		13h 45 - 16h 18h – 20h
Jeudi		17h 00 18h		Entretien 12h 15 – 13h 30						18h - 19h 45	
Vendredi				séniors 9h30 – 11h	Passion 20h 15 22h				17h 15 19h		17h 15 - 19h 18h 30 - 20h 30
Samedi									9h30 -11h 30		9h30 -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.