



PLANNINGS SAISON 2020/2021

Les jours et horaires seront autant que possible ceux du planning prévisionnel, mais les créneaux définitifs vous seront communiqués par les entraîneurs à la rentrée.

Baby-gym 240€

Les cours « Baby » ont lieu tous les samedis matins en période scolaire avec présence impérative d'un parent au cours.

Baby petit

Samedi

9h30 - 10h25

Né(e)s en 2018 et
décembre 2017 à juillet
2017

Baby Moyens

Samedi

10h30 - 11h25

Né(e)s en juin 2017 à janvier
2017 et 2016

Baby grand

Samedi

11h30 - 12h25

Né(e)s en 2016
2015

La séance de baby-gym contribue au développement harmonieux de la motricité de l'enfant et développe sa créativité

GAF - Ecole de gym / Loisirs 280€

(1 cours / semaine 2h), groupe sans compétition

Lieu : Gymnase des Maradas

Mardi

Ecole de gym

17h30 - 19h30

2012 à 2007

Mercredi

Loisirs poussines

13h30 - 15h30

2014 à 2011

Ecole de gym

15h30 - 17h30

2012 à 2007

Samedi

Ecole de gym

13h30 - 15h30

2014 à 2011

Ecole de gym

13h30 - 15h30

2012 à 2007

Le justaucorps est obligatoire

GAF - Ecole de gym / découverte loisirs 250€

(1 cours / semaine 1h), groupe sans compétition. L'activité se fera uniquement au sol,

Lieu : Gymnase des Grès

Samedi

Gymnase des grès

14h00 - 15h00

2013 à 2010

Annulé pour covid-19

La gymnastique loisir permet de développer la souplesse, la grâce et la coordination des mouvements dans chaque agrès

Adulte (gym sans compétition)

Lundi

Gym pour tous

20h30 - 22h00

Mardi

Gym pour tous

20h00 - 21h30

Jeudi

Gym pour tous

20h30 - 22h00

3 entrainements 280 €

1 à 2 entrainements 250 €

Trimestriel 150 €

Mensuel 100 €

Etudiant -10%

Les séances permettent à chacun et chacune de s'entretenir dans une bonne ambiance



GAF - Groupe pré compétition 300€

Mercredi
Pré-poussines
13h30 - 15h00
2015

Samedi
Pré-poussines
13h30 - 15h00
2015

GAF - groupes compétition

Ces groupes peuvent concerner les filles ayant déjà été licenciées à Cergy'm en 2018/2019 ou ayant participé dans un autre club à des compétitions.

C'est sur proposition ou accord des entraîneurs que sont bâtis les groupes et équipes inscrites en compétition FFGym. **Le justaucorps est obligatoire.**

Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
Collectif 4 17h30 - 19h30 2012 à 2008	Poussines 13h30 - 15h30 2014 à 2011	Collectif 4 17h30 - 19h30 2012 à 2008	Poussines 13h30 - 15h30 2014 à 2011
Collectif 3 18h00 - 20h00 2008 à 2003	Collectif 5 15h30 - 17h30 2012 à 2008	Collectif 3 18h00 - 20h00 2008 à 2003	Collectif 5 15h30 - 17h30 2012 à 2008

Poussines pour 2 entrainements : 320 €

Collectif 3 : 320 €

Collectif 4 : 320 €

Collectif 5 : 320 €

GAM groupes Compétition (la tenue est obligatoire)

Mercredi
Toutes catégories
15h30 - 17h30

Jeudi
Toutes catégories
18h00 - 20h00

Samedi
Toutes catégories
15h00 - 17h00

4 heures / semaine : 320 €

6 heures / semaine : 360 €

GAF groupes Performance/Compétition

Les stages des petites vacances sont offerts

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
Collectif 1 17h30 - 20h30 2011 et avant	Collectif 1 18h00 - 20h00 2011 et avant	Collectif 1 17h30 - 20h30 2011 et avant	Collectif 2 18h00 - 20h30 2011 et avant
Collectif 2 18h00 - 20h30 2011 et avant	Collectif Poussines 18h00 - 20h00 2013 à 2012	Collectif 2 17h30 - 20h00 2011 et avant	Collectif 6 20h00 - 22h00 2003 et avant
Collectif Poussines 17h30 - 19h30 2013 à 2012	Collectif 6 20h00 - 22h00 2003 et avant	Collectif Poussines 17h30 - 19h30 2013 à 2012	
Collectif 6 19h30 - 22h00 2003 et avant			

Collectif 1 : 500 €

Collectif 2 : 450 €

Collectif 6 : 400 €

Collectif Poussines : 400 €

Vendredi	Samedi
Collectif 1 17h30 - 20h30 2011 et avant	Collectif 1 15h30 - 18h00 2010 et avant
Collectif 2 18h00 - 20h30 2011 et avant	
Collectif Poussines 17h30 - 19h30 2013 à 2012	
Collectif 6 19h30 - 21h30 2003 et avant	