SECTION PETITE ENFANCE

La Petite Enfance contribue au développement général sur le plan moteur, affectif et cognitif.
Elle se pratique sur un mode ludique et est respectueuses des rythmes de l'enfant.

JOUR / ACTIVITE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
LesT'choupis 2021	9h30 à 10h15 special "Nounou"		9h30 à 10h15			9h30 à 10h15
Les OUISTITIS 2020			10h30 à 11h15			10h30 à 11h15
Les KANGOUROUS 2019			11h15 à 12h00			11h15 à 12h00
Les Mini Pouces 2018			10h00 à 11h00		17h30-18h30 (filles) 17h30-18h30 (garçons)	

SECTION ADULTE/SENIOR

JOUR / ACTIVITÉ	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
GYM ADULTE		12h15-13h15 CROSS FITNESS		12h15-13h15 CROSS FITNESS		
	19h45-20h45 Pilate	19h45-20h45 CROSS TRAINING	19h00-20h00 GYM AUX AGRES	19h45-20h45 Renforcement Musculaire		
GYM DOUCE		10h00-11h00 11h00-12h00			10h00-11h00 10h45-11h45 Parc St Cyr	

SECTION LOISIRS JEUNES

JOUR / ACTIVITE	DESCRIPTION	JOURS	HEURES
DÉCOUVERTE des Activités Gymniques	Apprentissage des bases des différentes disciplines gymniques . Gym Artistique féminine (GAF) . Gym Artistique Masculine (GAM) . Gym Rythmique (GR) . Gym Acrobatique et Trampoline	MARDI MERCREDI SAMEDI 2015/2016/2017	17h30 à 18h30 13h30 à 14h30 13h15 à 14h15
		LUNDI OU SAMEDI 2014 et -	17h30 à 18h30 13h15 à 14h15
	.Gymnastique Artistique Feminine (Barres, Poutre, Sol, Saut)	MERCREDI SAMEDI 2015/2016/2017	11h00 à 12h00 14h15 à 15h15
		LUNDI MERCREDI SAMEDI 2014/2013	18h30 à 19h30 16h15 à 17h15 14h15 à 15h15
		JEUDI 2012 et -	18h30 à 19h30
SPECIFIQUES	.Gymnastique Artistique Masculine	MERCREDI	17H30 à 18H30
		SAMEDI	13h15 à 14h15
	.Gymnastique rythmique (ruban, cerceau, ballon, massues…)	MERCREDI au Buquet	16h30 à 17h30
	Gymnastique Acrobatique	MARDI OU MERCREDI	18h30 à 19h30 14h45 à 15h45
	Acrobatie au trampoline	MERCREDI	16h30 à 17h30
		VENDREDI	18h30 à 19h30

Gym compétitive en GAF, GAM, GR, Acrobatique et trampoline : Tous les jours