

PLANNING ACTIVITÉS SSG 2018/2019

ACTIVITÉ / GROUPE	ANNÉE(S) D'ÂGE			JOUR(S) DES SÉANCES	HORAIRES	PROGRAMME	INFOS	TARIF LICENCE	TARIF COTISATION	TARIF TOTAL
-------------------	----------------	--	--	---------------------	----------	-----------	-------	---------------	------------------	-------------

SECTEUR ANIMATION ENFANTS (DÉCOUVERTE - INITIATION - APPRENTISSAGE DES BASES)

BABY GYM	2017 (à partir de 15 mois)	Groupe en fonction de l'âge au moment de l'inscription	LABEL FFGym Petite Enfance	Samedi	09h30-10h15	Programme basé sur préconisations Fédérales	Avec parents	37.50 €	107 €	144.50 €	
	2016				10h00-10h45		Avec parents jusqu'à fin décembre				
	2015				10h15-11h00		En autonomie				
LUDI'GYM	2013				Samedi	11h00-12h15	Programme Fédéral Access Gym Général (niveau 1 à 3)	3 niveaux d'acquisition de bases gymniques	37.50 €	127 €	164.50 €
ACCESS GYM GÉNÉRAL	2012 - 2011			Programme spécifique SSG	Lundi	18h00-19h30	Programme Fédéral Access Gym Général (niveau 4 à 10)	6 niveaux d'acquisitions de bases gymniques	49.50 €	127 €	176.50 €
					ou Mardi	17h30-19h00					
ACCESS GYM GAF	2011 - 2010			Mercredi	15h30-17h00	Programme Fédéral Access Gym Général + Access Gym GAF	Acquisitions de bases gymniques aux agrès	49.50 €	127 €	176.50 €	
	2009 - 2008			Mercredi	14h00-15h30						

SECTEUR ENTRAÎNEMENT (SANS COMPÉTITIONS)

LOISIRS GAF	2007 et avant			Vendredi	18h30-20h30	Programme interne SSG	Sans compétition	49.50 €	127 €	176.50 €
-------------	---------------	--	--	----------	-------------	-----------------------	------------------	---------	-------	----------

SECTEUR ENTRAÎNEMENT (AVEC OU SANS COMPÉTITIONS)

FÉDÉRAL B	2012 - 2011 - 2010	Inscription en fonction de la catégorie d'âge	Programme spécifique SSG - FFGym	Mercredi	14h00-15h30	Programme interne SSG	Sans compétition	49.50 €	186 €	235.50 €		
				Samedi	11h00-12h30							
FÉDÉRAL B1	2010 - 2009			Lundi	17h30-19h30	Programme FFGym	Compétition	49.50 €	186 €	235.50 €		
				Mercredi	15h30-17h30							
FÉDÉRAL B2	2009 - 2008 - 2007			Lundi	17h30-19h30							
				Mercredi	17h45-19h45							
FÉDÉRAL A1	2006 - 2005 2004 - 2003					Mercredi	17h45-19h45	Programme compétitif FFGym	Compétition	49.50 €	195 €	244.50 €
						Vendredi	17h30-19h30					
AVENIR GAF	2009 - 2008 2007 - 2006			Lundi	17h30-19h30							
				Mercredi	14h00-16h00							
		Samedi	16h00-18h00									
FÉDÉRAL A2	2003 et avant	Mardi	17h30-20h00									
		Mercredi	18h45-21h00									
		Vendredi	19h30-21h30									
FÉDÉRAL A PERF	2006 et avant	Lundi	17h30-20h00									
		Mercredi	16h00-18h30									
		Vendredi	17h30-19h30									
		Samedi	16h00-18h00									
GAc	2008 et avant			Mardi	17h30-20h00		1 à 3 compétitions					
				Jeudi	17h30-20h00							

SECTEUR ADULTES

FIT'GYM	A partir de 18 ans	Mardi	19h00-20h00	Step + Renforcement musculaire	ACTIVITÉS avec partie Cardio + Renforcement Musculaire et Stretching	49.50 €	127 €	176.50 €	
		Mercredi	19h45-20h45	LIA (HI-LOW) + Renforcement musculaire					
GYM AUX AGRÈS		Mercredi	21h00-22h30	Pratique gymnique sur agrès pour adultes	Compétitions possibles	49.50 €	186 €	235.50 €	
		Vendredi	19h30-21h00	Pratique gymnique sur agrès pour adultes					
TEAM GYM			Mercredi	21h00-22h30		Compétitions	49.50 €	186 €	235.50 €
			Vendredi	21h00-22h30					
GYM SÉNIOR	50 ans et +	Lundi	10h00-11h00	Programme FFGym	Sport Santé	37.50 €	115 €	152.50 €	

FFGym : Fédération Française de Gymnastique

GAF : Gymnastique Artistique Féminine

GAc : Gymnastique Artistique Acrobatique