

## QUAND et OU ???



### Horaires des cours :

- **Lundi : 17h-20h15** – Ploneis Ty an Dourigou
- **Mardi : 18h-20h00** – Quimper Lycée Brizeux
- **Mercredi : 13h30-19h** – Ploneis Ty an Dourigou
- **Vendredi : 17h15-18h30** – Quimper Stang Ar C'hoat
- **Vendredi : 17h-20h30** – Ploneis Ty an Dourigou
- **Samedi : 9h-12h** – Quimper Halle des sports Erqué Armel
- **Samedi : 13h30-18h30** – Quimper Lycée Brizeux

### Tarifs : **COMBIEN ???**

**150€** Eveil GR

**220€** Initiations & Loisirs

**260€** Coupe Formation & Division Régionale (DR)

**270€** DIR Crit & DC2

**290€** Individuelles Critérium & Fédérale

↳ Licence F.F.Gym pour tous (**39.04€ inclus** dans le tarif)

↳ Facilités de paiement

↳ Chèques Vacances et coupons sport ANCV acceptés

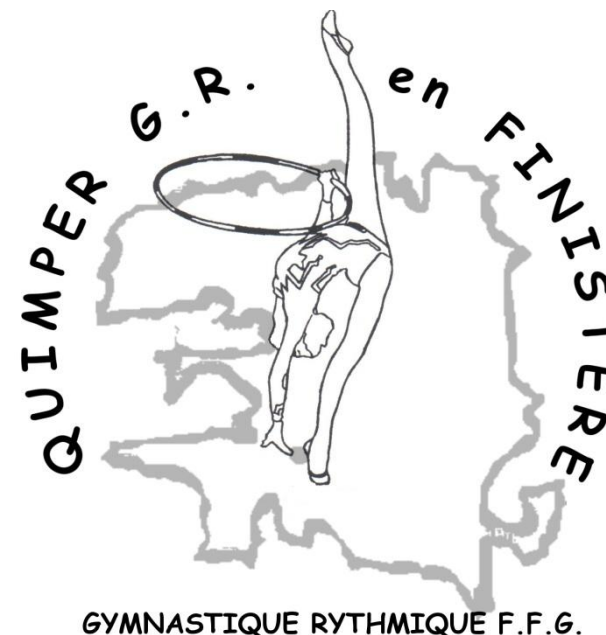
↳ Réduction **30€** à partir du second enfant

↳ **1** séance d'essai

Aides Région Bretagne et Conseil général 29 :

Il est demandé aux familles de ne pas déduire le chèque Sport (Région Bretagne) ou le Coupon Sport (Cg 29) de la cotisation.

Après s'être assurée que la gymnaste peut en bénéficier, la trésorière procédera au remboursement par chèque bancaire.



## QUIMPER G.R. EN FINISTERE

53 impasse de l'Odet  
29000 QUIMPER

Affiliation **Fédération Française de Gymnastique**

Agrément **Jeunesse et Sport** (29 S 1398 nov. 2007)

**SIRET** : 499 773 794 00015 **APE** : 9319 Z

### Contacts :

☎ **Hubert MICHARD** Président 06 80 22 88 43

☎ **Sarah HERRY** Entraîneuse 06 12 22 52 09

🌐 Site <http://quimpergrenfinistere.jimdo.com>



web

## La Gymnastique Rythmique (G.R.) en quelques mots...

La gymnastique rythmique est une discipline esthétique et envoutante, privilégiant la chorégraphie, alliant charme, grâce, rythme, habileté gestuelle et mouvement.

La G.R. (anciennement G.R.S. jusqu'en 1998) est une discipline principalement féminine même si la G.R. masculine se développe depuis quelques années en Asie ou en Amérique du Sud.

C'est en 1912 aux J.O. de Stockholm que la G.R. fit son apparition avec engins. Elle restera associée à la Gym. Féminine de 1928 à 1956.

En 1968, la norme des engins est définie ; le code de pointage sera établi en 1970.

Les engins : **la corde, le cerceau, les massues, le ruban, le ballon.**

En 1984, à Los Angeles la G.R. devient une discipline olympique pour le concours individuel.

En 1989, la Fédération internationale autorise l'accompagnement musical avec plusieurs instruments et donne un nouvel essor à la discipline.



## NOTRE ENTRAINEURE...

**Sarah HERRY** salariée du club diplômée

- Titulaire de niveau 3 de juge FFGym
- Titulaire du diplôme fédéral « Petite Enfance »
- Expériences comme gymnaste depuis 1994 et entraîneure G.R. depuis 2008.

**Notre entraîneure est assistée d'aide-monitrices pour certains cours.**



## QUIMPER G.R. EN FINISTERE...en bref

### Association créée en 2007

Propose des activités dès l'âge de 3 ans pour les garçons et filles. Les gymnastes peuvent choisir des activités de loisirs ou s'inscrire dans une démarche de compétition.



2013/2014 : **129 adhérents** -une entraîneure diplômée salariée

Nombreux titres départementaux, régionaux et Zone Ouest - Participation de gymnastes aux phases finales de Championnats de France (en individuelle et en ensembles)

✓**Organisation par le club de la finale Régionale de la Coupe Formation**

Références F.F. Gym : **2<sup>ème</sup>** club du Finistère, **4<sup>ème</sup>** club breton, **9<sup>ème</sup>** club de la Zone Ouest, **93<sup>ème</sup>** club français (sur 399)

## COMMENT S'INSCRIRE ???

Dès à présent, en nous contactant soit par téléphone, soit par le site internet

- Aux forums des associations de Quimper et de Ploneis
- Durant les cours tout au long du mois de septembre

***Toute demande d'inscription en cours d'année sera étudiée.***

**Pièces à fournir : (avant fin septembre)**

- 1 certificat médical obligatoire de non contre-indication à la pratique de la gymnastique rythmique
- 2 photos d'identité,
- la fiche d'inscription du club,
- l'attestation de l'assurance de la FFGYM.

✓**Le règlement intérieur vous sera remis**