

# TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY

Siège social et adresse de correspondance:

Espace Atlantis Sport  
24 rue Victor Basch - 91300 Massy

Tél : 06 52 95 22 45

mail : [tsmmassy@gmail.com](mailto:tsmmassy@gmail.com)

Site : [www.tsmassy.fr](http://www.tsmassy.fr)

FB : <http://www.facebook.com/tricoloresportivemassy>



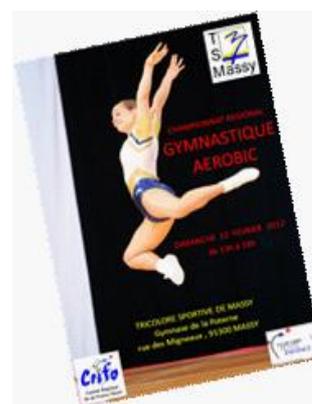
BABY-GYM - ÉVEIL GYMNIQUE - GYMNASTIQUE AUX AGRÈS  
FITNESS - ZUMBA - LIA - **GYMNASTIQUE AÉROBIC**  
STEP - GYMNASTIQUE SENIORS- TUMBLING

La Gymnastique Aérobie comprend des mouvements dynamiques, exige de la force, de la souplesse, de la coordination et un sens musical.

La Gymnastique Aérobie, depuis la fin des années 1980, n'est plus seulement l'un des moyens les plus répandus pour l'entraînement et le maintien de la forme physique du grand public, mais elle est devenue une discipline sportive à part entière. Elle fait partie de la famille de la gymnastique depuis 1994, et est reconnue comme discipline de haut niveau.



La Tricolore Sportive de Massy propose l'enseignement de cette discipline depuis plus de 10 ans. L'entraîneur de la section a été membre de l'équipe de France pendant 5 ans.



## ENTRAÎNEMENTS

Année Naissance	jour	horaire	groupe	Niveau	entraîneur
2012 à 2006	Mardi	18h00-19h30	AER101	Loisirs	Brinda
	Jeudi	18h00-19h30	AER102 (si AER101 complet)	Loisirs	Brinda
2005 et plus	Mardi- Jeudi Vendredi	19h30-21h00 19h30-21h30	AER301	Compétition	Émilie/ Violetta
2010 à 2005	Mardi- Jeudi- vendredi Samedi	17h30-19h30 14h30-16h30	AER401	Performance	Émilie/ Violetta

NB : Les jours et horaires des séances peuvent être amenés à changer en fonction du nombre d'inscrits ou de la disponibilité des entraîneurs.

## COTISATION

	Loisirs	Evolution	Compétition	Performance
Massicois	235 €	280 €	330 €	385 €
Non - Massicois	255 €	300 €	350 €	405 €

La cotisation comprend :

- L'adhésion à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie
- La licence sportive auprès de la Fédération Fr. de Gymnastique, assurance comprise

Les athlètes s'engageant sur la filière compétitive pourront être amenés à avoir des frais supplémentaires, en cas de déplacements nationaux.