



TRICOLE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



Le journal de la TSM



Baby Gym, GAF, GAM, AERO, Acro / Trampo



TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



N° 2 / Juin 2009

SOMMAIRE :

Le mot du Président

Le Gala de la TSM

Les résultats du club

Les championnats de
France Aéro

Analyse technique

Petites Annonces

Livres

Inscriptions 2009/10

Réductions et aides
possibles

Fiche d'inscription

Le Mot du Président :

C'est le mardi 23 juin au soir que les gymnastes de la TSM auront le plaisir de vous présenter dans le cadre du gala annuel le résultat d'une année de travail. C'est un moment important pour eux comme pour nous.

Pour eux, car avoir la possibilité de présenter à leurs parents et amis ce qu'ils ont appris est un des moments forts de leur vie qu'ils désirent partager avec vous.

Pour nous, car pouvoir valoriser le travail accompli par chaque entraîneur et chaque bénévole, pouvoir présenter un spectacle de qualité à nos partenaires institutionnels tels que la mairie et le conseil général, sont des objectifs importants pour l'avenir de la TSM.

Surtout que la première étape vient d'être franchie sur la longue route de la construction de notre futur complexe gymnique. En effet, le conseil municipal vient de voter la première délibération qui à terme devrait aboutir à la livraison de cet équipement pour 2012, année du centième anniversaire de notre association.

Mais d'ici là, le club doit continuer à se développer, à s'améliorer et à proposer à nos adhérents les services qu'ils sont en droit d'attendre de nous en terme de qualité et de résultats sportifs pour ceux d'entre nous qui participent aux compétitions au sein de la Fédération Française de Gymnastique.

Vous trouverez dans ce numéro, les principales informations vous permettant de vous pré – inscrire pour la prochaine saison. Attention, les places risquent d'être chères dans certaines disciplines

Rino BIANCHERIN
Président

Le Journal de la TSM :

Rédacteur en chef :

Etienne

Conception :

Le bureau directeur

Actionnaires :

Tous les adhérents du club !

Journalistes :

Toutes les bonnes volontés !

Distribution :

Au gymnase, par mail ou sur le site de la TSM

Vente et abonnement :

Trimestriel - 0 Euro

Les événements à venir :

LE GALA DE LA TSM !!!

La fin de l'année approche à la Tricolore Sportive de Massy...
Cela tombe plutôt bien !!! Car chaque année sportive au sein de la TSM se clôture par un merveilleux gala !

D'habitude, celui-ci a lieu autour d'un thème bien précis : le tour du monde, les émissions télévisées, etc. ... et chaque équipe a pour but de présenter un petit spectacle de quelques minutes en lien avec le thème défini par les membres du bureau et les entraîneurs.

Cependant, il semblerait que cette année soit un peu particulière et que 2009 soit placé sous le signe de la liberté !

Chaque groupe pourra en effet s'exprimer à sa guise le 23 juin 2009 sur le thème qui lui convient le plus !

Cela permettra alors de découvrir une multitude de thèmes en fonction des spécialités et des préférences de chacun.

De la baby gym à l'aérobic, en passant par la GAF, et la GAM, chacun pourra montrer les progrès acquis tout au long de la saison gymnique, dans l'atmosphère conviviale d'un gala.

A la différence du travail effectué sur l'année, que ce soit dans les groupes loisir ou compétition, le choix des musiques et des costumes amènera une touche festive au spectacle.

Ainsi, adhérents, proches ou spectateurs tout simplement venus en profiter, pourront se délecter d'une passion qui nous réunira tous, dans les meilleures conditions possibles.

Mais le gala, c'est beaucoup plus...
Et chacun peut en avoir un point de vue différent !

Le point de vue des membres du bureau et des entraîneurs:

Aie ! Pour les membres du bureau, et nous les entraîneurs, le gala c'est avant tout une grosse organisation et pas mal de stress!

Il faut d'abord convenir en réunion de la date (le 23 juin 2009) ; d'un lieu (le Centre Omnisports à Massy), d'un horaire ; d'un thème (ouf cette année c'est déjà ça de moins !) ; des personnes qui gèreront l'organisation et le déplacement du matériel du gymnase vers le COS ; de la liste des groupes et du planning et de leur ordre de passage ; de la sono ; de celui ou celle qui présentera ; et bien d'autres problèmes encore dont on ne se rend pas trop compte d'un point de vue extérieur!!! Bref, de quoi s'arracher les cheveux !

Mais le soulagement est total quand tout est définitivement rangé le lendemain et que chacun a vécu un moment inoubliable !

Voilà, c'est aussi ça le gala !

Et pour nous, entraîneurs, cela implique aussi beaucoup de travail !
Et oui, il faut faire preuve d'imagination pour choisir un sujet qui plaît à notre groupe, mais aussi d'organisation et de créativité au niveau des choix chorégraphiques et scéniques, des costumes, et parfois même des décors ! Et surtout, il faut redoubler de rigueur, pour ne pas présenter un capharnaüm à notre cher public averti !
Mais une fois le résultat final, on se dit que finalement, ça en valait la peine !

Le point de vue des gymnastes :

Pour eux non plus, ce n'est pas facile tous les jours !!!
Et un, deux, trois, quatre, cinq, six, sept, huit !!!
Personne n'est ensemble ! On recommence !!!
Et un, deux, trois, quatre, cinq, six, sept, huit !!!
Et ainsi de suite jusqu'au soir même du gala où il faut même venir plus tôt pour s'entraîner jusqu'à ce que tout soit PARFAITEMENT PARFAIT !!!!

Et ne parlons pas des costumes, ni du mouvement ! Fondamental numéro 1 : il faut déjà se mettre d'accord !!!
Et c'est loin d'être gagné ! Et puis une fois que c'est fait, on répète en tenue ! Et ce n'est pas toujours facile de faire des acrobaties avec des habits, certes très jolis, mais souvent encombrants !

Mais l'essentiel, c'est d'être fier de montrer tout le travail fourni à nos proches, à nos amis, qui viennent nous encourager le jour fatidique. D'ailleurs on passe parfois du temps à essayer de les trouver au loin dans les immenses gradins du COS, pour être sûrs qu'ils sont bien venus nous voir et apprécier le spectacle !!!

Enfin, c'est aussi l'occasion de se retrouver avec son équipe pour finaliser toute une année par un mouvement d'ensemble, et de se confectionner un joli petit lot de souvenirs que l'on gardera bien longtemps en tête...
Entre les ratés, les mouvements spectaculaires, les chutes, les chorégraphies magnifiques, les départs, les émotions, les retrouvailles, la belle gymnastique, et j'en passe..., les galas à la TSM, ça ne s'oublie pas !

Pauline ALIAS

Gala du club :

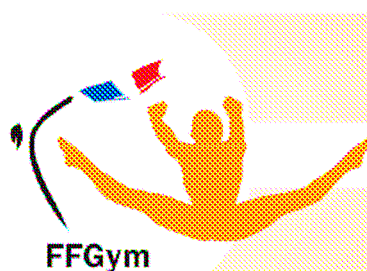
Le gala du club est un moment convivial où tous les gyms, entraîneurs, familles et amis peuvent venir voir l'activité du club et la progression des sportifs.

Quand : **23 juin**
Où : **COS à Massy à 20h00**

Pour tout renseignement, contactez : François OSTYN.

Les résultats du club

Emilie Championne de France en open DUO. Félicitations à elle :



14ES FRENCH AEROBIC GYMNASTIC OPEN 10 mai, 2009 - CHAMBERY (FRA)

Palmarès Open

FINALES - AEROBIC NATIONAL DUO MIXTE SENIOR

Superior Jury			Chair of Judges Panel			Line		
			PHILIPPI Cristina			COIRE Béatrice		
			AUT			FRA		
Artistic			Execution			Difficulty / Deduction		
J1	KRYUCHECK Elena	RUS	J5	FELIX Maria	POR	J9	SONG Young-Hee	KOR
J2	BEAUJARD Cédric	FRA	J6	RIGHETTI Luisa	ITA	J10	LEHOCZKY-SAUNDERS Adrienne	HUN
J3	LEPHUTHING Themba	RSA	J7	WIETHOFF Monika	GER			
J4	MIETTINEN Hanna	FIN	J8	LLEONART Sara	ESP			
						Time :		

Rang		Nom	Note Artistique	Note Exécution	Note Difficulté	Note totale
1		BIANCHERIN Emilie CARON Thomas	8.35	7.40	3.20	18.95
2		DELIERS Mathieu LAFFAGE Marjorie	8.55	7.00	2.95	18.50
3		ALIMELIE Dorian VALDIVIA Laure	8.20	6.95	2.35	17.50
4		CHOI Ho-Yeol LEE Seong-Hyun	7.85	7.45	2.00	17.30

Les Championnats de France de Gymnastique Aérobie

8, 9 & 10 Mai 2009 à Chambéry

Les athlètes sélectionnés, engagés en catégorie fédérale :

Alice CLARET (Solo Femme)

Sophie CABANES & Gaël KERBERENES (Duo mixte)

Alice CLARET Camille CHASLES Charlotte MERY (Trio)

Julie CABANES, Sandrine DUMAS, Clémence MASSET, Margaux TASTEYRE, Audrey TASTEYRE, Margot MERY (Groupe).

Vendredi 7 Mai...

Le rendez-vous est fixé à 11h sur le parking de la mairie.

Après 8 heures de bus, nous sommes arrivés à Chambéry sur le lieu de la compétition. Restés quelques minutes dans le parc des expositions, nous sommes repartis en direction de l'hôtel puis nous sommes allés manger.

Retour à l'hôtel avec le dernier « briefing » par catégorie suivi d'une bonne nuit de sommeil...

Samedi 8 Mai...

Réveil de bonne heure car le premier échauffement débute à 8h30 avec le Trio puis Alice en solo, suivi du Duo et enfin du Groupe.

Les filles du Trio sont motivées, l'échauffement se passe bien même si on sent un peu de tension qui se lit sur les visages. Avant de monter sur le parquet, les filles sont concentrées et impatientes. Elles réalisent un bon passage malgré quelques erreurs techniques et la note tombe, **14.902 pts**, meilleure performance de la saison ! Elles se classent 6^{ème} et ratent de peu la 3ème marche du podium.

C'est au tour d'**Alice** de prendre à nouveau la direction de la salle d'échauffement. Motivée par le passage précédent, elle semble plutôt confiante. Après une dernière visualisation mentale de son passage, elle est fin prête à entrer sur le parquet. Sa prestation est de qualité, elle semble contente... Elle peut l'être, la note s'affiche : **14.800 pts** et obtient la 8ème place.

Arrivée du **Duo** en salle d'échauffement, l'envie de bien faire est omniprésente, ils gèrent sans soucis leur échauffement et se dirigent vers la zone de pré compétition. Après les ultimes conseils, ils s'élancent sur le parquet... Le passage est enlevé artistiquement, pas de grosses fautes en exécution mais des éléments techniques qui ont encore du mal à passer. La note de **13.600 pts** est attribuée, là encore c'est leur meilleure performance de la saison ! Ils peuvent sourire, ils le méritent, ils s'emparent de la 6ème place.



TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



Il ne reste plus qu'une catégorie à passer, celle du **Groupe**. Comme d'habitude on retrouve des filles autonomes et motivées dans la salle d'échauffement. Tout se passe bien, après la chorégraphie en musique, direction l'aire de pré compétition. Les 6 filles sont concentrées, elles se présentent et c'est parti ! Le passage est de qualité, en artistique et en exécution les notes sont bonnes mais en technique la note est trop basse : **12.713 pts**, elles se classent 15ème.

Le bilan est positif et surtout prometteur. Le contrat est rempli dans chaque catégorie : Les coachs sont satisfaits des performances réalisées !

La saison prochaine aura pour objectif principal de glaner des médailles dans la catégorie Trio en priorité et éventuellement en Groupe et en Duo. Alice CLARET devrait rejoindre le pôle d'entraînement de la discipline situé à Châtenay-Malabry et évoluer vers la catégorie nationale.

Les catégories pour la saison 2009/2010 :

- * Julie CABANES – Solo Femme
- * Prescilla – Solo Femme
- * Lucie BOULET – Solo Femme Junior
- * Alicia G – Basic
- * Sarah D - Basic
- * Gaël KERBERENES – Solo Homme
- * Sophie CABANES & Gaël KERBERENES – Duo mixte
- * Camille CHASLES Clémence MASSET Charlotte MERY – Trio
- * Sandrine DUMAS Julie CABANES Clémence MASSET Margot MERY Audrey TASTREYRE Margaux TASTREYRE - Groupe

Sébastien Pommereau

Les résultats du club - suite

Finale GAF DR – 31 mai

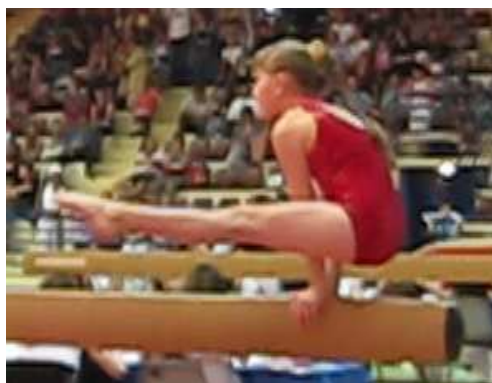
Après s'être qualifiée pour la finale au mois de Mars, l'équipe benjamine a réalisé des performances prometteuses.

Depuis le début de l'année le choix avait été de faire des mouvements simples mais propres. Cela à effectivement payé malgré encore quelques erreurs au sol et aux barres. Malgré l'absence pour blessure d'une des membres de l'équipe, les benjamines terminent à la 7 place sur 19. Les premières étaient intouchables, mais une troisième place aurait été possible.

La tension des compétitions est donc finie pour ce groupe, maintenant rendez vous au gala, et courant le premier trimestre 2010 pour leurs futures échéances compétitives.

7	MASSY	TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY				
FR	Equipe 1	48.366	41.531	46.798	41.765	178.460
	SOUYRI Shanna	13.000	10.366	11.900	10.233	(9) 45.499
	COFFI SALOME	12.433	10.033	11.566	10.333	(25) 44.365
	LE DIMNA Enora	10.900	11.466	11.466	10.433	(26) 44.265
	RAJAOFERISON Ava melody	11.500	9.666	11.866	10.766	(33) 43.798
	OSTYN Katelline	11.433	8.333	10.400	7.900	(81) 38.066

François OSTYN



Le parcours 3 :

Alors que l'aérobic représentait notre club au championnats de France à Chambéry, 26 jeunes du club âgés de 7 à 9 ans participaient à leur finale.

Ils se sont donc donnés rendez vous à Houdan pour la finale du parcours 3.

Au départ, il y avait 47 enfants inscrits, et à la fin du parcours 1 et du 2 les 26 jeunes de la TSM ont tous obtenu leur sélection pour le parcours 3.

Après s'être fait remarqué lors de la compétition départementale poussins, Quentin VINZANI a à nouveau brillé en étant le seul Massicois ayant obtenu le parcours 3 d'OR. Tous les enfants du Parcours 3 sont également fort méritants.

Pour d'autres enfants, cela s'est joué à quelques points. La concurrence est déjà rude à ces petits âges. Sachez que par la suite, un podium, pourra se jouer à un dixième voir un centième de points. Vous comprendrez alors l'importance des pointes de pieds ou jambes tendues...

François OSTYN

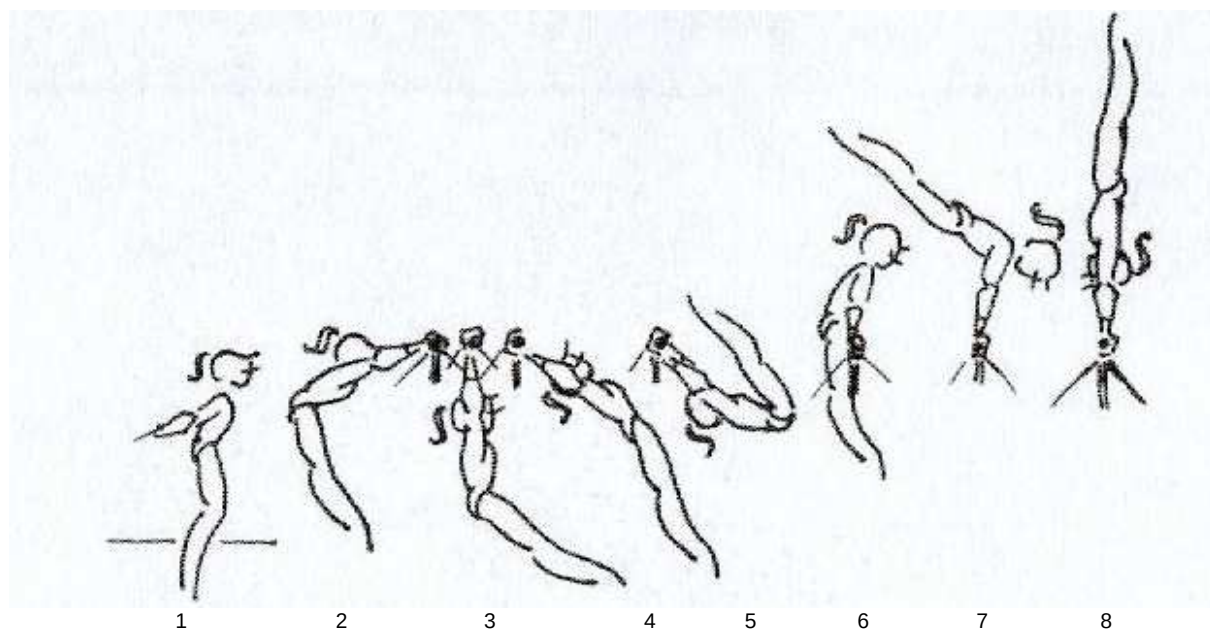
Analyse technique d'un geste gymnique

Document réalisé par François Regis Bruno CTR

BASCULE PRISE D'ELAN ATR

- **Définition** : d'un élan vers l'avant, établissement à l'appui par temps d'oscillation, à l'ATR.

L'élément sera étudié en barre inférieure, montée à l'ATR jambes serrées.



1 à 4 : Balancer préparatoire

4 à 6 : oscillation

6 à 8 : établissement à l'ATR

Cette « bascule prise d'élan ATR » est l'élément de base idéal de tout mouvement libre, à finalité nationale. Il est présent en option à partir de l'imposé difficulté « E ». (sur une échelle de « A » le plus facile à « G » le plus difficile).

• **ANALYSE DESCRIPTIVE**

- o Balancer préparatoire :
 - Après une impulsion jambes, corps incliné vers l'avant, la gymnaste attrape la barre en prises dorsales, en maintenant l'angle bras tronc aligné (fig. 2), regard sur la barre. Durant le balancé préparatoire, la gymnaste ferme l'angle tronc jambes (pour ne pas toucher le sol), puis l'ouvre complètement en fin de balancé (mise en tension de la face antérieure : fig. 4)
- o Oscillation :
 - A la fin du balancé préparatoire, la gymnaste effectue une fermeture dynamique de l'angle tronc jambes.
 - Lors du retour du balancé, la gymnaste effectue une oscillation par une action simultanée d'ouverture de l'angle jambe tronc (ouverture suivie d'un blocage de la ceinture pelvienne en position de courbe avant) et de fermeture de l'angle bras tronc (rétropulsion)
 - Le mouvement d'oscillation permet à la gymnaste de s'établir à l'appui. Celui-ci sera facilité par le positionnement des poignets au-dessus de la barre.
- o Etablissement à l'ATR :
 - Lorsque la gymnaste arrive en appui, elle est en position de courbe avant (poitrine creuse, bassin rétroversé, tête droite) regard vers le sol (fig.6) L'établissement à l'ATR se fera par une action d'ouverture dynamique de l'angle jambes tronc simultanément à une ouverture de l'angle bras tronc (antéimpulsion), regard sur la barre. Ces mouvements d'ouverture seront suivis d'un blocage des ceintures pelviennes et scapulaires lorsque les segments seront alignés.

• **ANALYSE MUSCULAIRE**

- o Balancer préparatoire
 - Maintien de l'alignement bras tronc : deltoïde, grand pectoral
 - contraction isométrique des trapèzes (fibres supérieures) pour l'éloignement
 - Fermeture concentrique puis isométrique puis excentrique des psoas iliaque et grand droit de l'abdomen
 - Ouverture concentrique de l'angle jambes tronc : fessiers, ischios jambiers
 - Maintien de l'ouverture de l'angle bras tronc par une contraction isométrique du deltoïde antérieur et du coraco brachial
- o Oscillation
 - Fermeture concentrique : psoas iliaque, droit antérieur, grand droit
 - Rétropulsion concentrique : grand pectoral, grand dorsal, deltoïde postérieur
 - Ouverture jambes tronc concentrique puis isométrique par contraction des ischios jambiers et grands fessiers.
- o Etablissement à l'ATR
 - Antéimpulsion concentrique : coraco brachial, deltoïde antérieur
 - Ouverture jambes tronc concentrique puis isométrique par contraction des ischios jambiers et grands fessiers.
 - Impulsion bras (concentrique) : trapèze (fibres supérieures), angulaire de l'omoplate

Petites Annonces

Annnonce 02/01

**Le club est à la recherche d'un bénévole
pour la comptabilité du club !!**

Si vous avez des notions de comptabilité, si vous avez du temps à donner, si vous êtes comptable ou tout simplement motivé, veuillez nous contacter !!

Renseignements : president@tsmassy.asso.fr

Annnonce 02/02

Afin d'améliorer la qualité d'entraînement des groupes féminine et en particulier l'aérobic, François est à la recherche de personnes capables de réaliser un émetteur FM d'une puissance d'émission d'un demi watt.

Merci de contacter François : ostyn.elastic@free.fr

LIVRES

Chloé TANGUY, gymnaste du club et brillante écrivain, vient de publier un livre intitulé « GYMNASTE » aux éditions Edilivre / AParis. Soyez nombreux(ses) à l'acheter !!

Auteur(s) : Chloé Tanguy
Éditeur : Edilivre / AParis
Collection : CLASSIQUE
Genre : ROMAN CONTEMPORAIN
Présentation : Broché



Chloé



TRICOLE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



INSCRIPTIONS 2009 - 2010



Madame, Monsieur,

A quelques jours du **gala de notre association qui se déroulera le mardi 23 juin au COS**, à partir de 20 H (ouverture des portes à 19H30), il est déjà temps de penser à la prochaine saison.

Vous trouverez ci joint quelques documents vous permettant dès maintenant de réserver votre place pour la saison prochaine. Sauf pour la Baby Gym où les prés inscriptions sont prises lors des derniers cours a la vue des places disponibles.

Pour cela, vous devrez remplir la fiche d'inscription et nous la retourner accompagnée d'un chèque de 90 € le plus rapidement possible.

Toute pré-inscription non accompagnée du chèque de 90 € ne sera pas prise en compte.

Le reste du dossier (fiche d'inscription (1), certificat médical, solde de cotisation) devant nous être retourné complet avant le lundi 31 Août.

Pour ceux qui souhaitent nous retourner un dossier complet le plus tôt possible, vous nous envoyez un chèque correspondant au montant de la cotisation de l'activité souhaitée qui sera débité immédiatement accompagné du dossier complet. Vous pouvez également nous régler le montant de votre cotisation en plusieurs fois, à condition de nous retourner un premier chèque de 90 €, le reliquat de cotisation pouvant être réglé en 1 ou plusieurs chèques (3 maximum) en apposant au dos la date de débit souhaitée).

Préinscription et dossier complet à remettre aux entraîneurs ou à envoyer à :

Madame Sophie LORIN, 3 rue du BRESIL, 91300 MASSY,

En précisant correctement les horaires souhaités. Les groupes étant constitués de manière définitive à la rentrée de septembre.

Vous trouverez ci joint un tableau récapitulatif (2) des heures de cours en fonction de l'âge de l'adhérent, de son désir de faire ou non de la compétition, de l'aérobic ou de la baby gym.

Pour la remise des dossiers d'inscriptions complets, des permanences se tiendront à la salle de Villaine les jours suivants (se munir du dossier complet):

- **mardi 30 juin, Mardi 8 septembre 2009 de 19 h 00 à 20 h 00.**

Ainsi que tous les jours à compter de la date d'ouverture des cours, le lundi 14 septembre de 19 h 00 à 20 h 00.

Bien entendu nous serons présents à la fête des associations le **samedi 12 septembre**. Néanmoins afin de vous accorder le maximum de temps pour répondre à vos questions, et surtout vous assurer une place dans un groupe, il est préférable de venir faire les inscriptions à la salle de Villaine.

Nous vous souhaitons de bonnes vacances et vous prions de croire en nos salutations les meilleures.

Rino BIANCHERIN
Président

- (1) Les fiches d'inscription sont aussi téléchargeables sur le site : **tsmassy.asso.fr**
(2) De légères modifications sont toujours possibles en fonction du nombre d'inscrits.

COTISATIONS et INSCRIPTIONS 2009 - 2010

PARTICIPATION A UNE SEANCE DE COURS

180.00 €

- BABY GYM, et EVEIL
- POUSSINS,
- GYMNASTIQUE Adultes et STAPS* (Entretien et gym aux agrès)
- AEROBIC Jeunes
- SECTEUR AEROBIC, FIT-NESS, FIT-STEP, ADULTE

PARTICIPATION A DEUX SEANCES DE COURS

205,00 €

- GYMNASTIQUE GAM, GAF,
- GYMNASTIQUE Adultes (Entretien et gym aux agrès)
- AEROBIC Jeunes
- ACRO-SPORT, TEAM - GYM,
- SECTEUR AEROBIC FIT-NESS, FIT-STEP, ADULTE

PARTICIPATION A TROIS SEANCES DE COURS

245.00 €

-
- GYMNASTIQUE, 3 séances et plus
- AEROBIC Jeunes,
- SECTEUR AEROBIC FIT-NESS, FIT-STEP, ADULTE

Pour les étudiants STAPS, une ristourne de 30 € est appliquée. Une minoration de 30 € sur la cotisation est appliquée à partir du deuxième inscrit d'une même famille. La tenue du club est disponible sur commande (voir les entraîneurs ou un membre du bureau du club)



COUPON DE RESERVATION

SOUS RESERVE DE PLACES DISPONIBLES

Je soussigné : _____

Souhaite par le présent pré - inscrire :

NOM : _____ Prénom : _____ Date de naissance : _____

Pour l'activité : _____

Se déroulant : _____

(Inscrire les jours et heures)

Dans le groupe référencé : _____

Pour valider cette pré - inscription je joins un chèque de 90 €, à l'ordre de la TSM .

Signature

Tricolore Sportive de Massy
37, rue des ruelles 91300 MASSY - 01 69 20 89 71 - S.A.G. N° 12233 - Siret 381 699 438 000 10 - APE 926 C



TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



Réductions et aides possibles 2009 - 2010

1 - Les aides du club

A partir du deuxième inscrit d'une même famille, une réduction de 30 € est appliquée.

Le club a besoin de juges pour les compétitions, la formation est payée par le club. A partir de la troisième compétition jugée, une réduction de 50% sur la cotisation hors licence est appliquée, à la quatrième, 75% et à la cinquième 100%.

2 - Les aides de la Caisse d'allocations familiales

Les bons loisirs de la C.A.F. sont réservés aux enfants de 8 à 15 ans. Si vous pouvez en bénéficier, un imprimé vous sera envoyé automatiquement par la C.A.F. Vous devrez le faire remplir par le club, le signer et le renvoyer à la C.A.F. avant le mois de Novembre. Vous devrez payer votre cotisation au club et un montant forfaitaire, indiqué sur l'imprimé, vous sera remboursé ultérieurement.

3 - Le coupon sport

Il est destiné aux jeunes essonnais âgés de 9 à 18 ans et dont la famille bénéficie soit de l'allocation rentrée scolaire, soit de l'allocation d'éducation spéciale, soit de l'aide sociale à l'enfance dont bénéficie la famille. Sa valeur varie en fonction de vos revenus.

Les pièces à fournir sont :

- La photocopie de l'allocation dont bénéficie la famille.
- La photocopie du livret de famille justifiant la filiation entre le jeune concerné et l'allocataire.
- Un imprimé fourni par le club dûment complété.

Le tout est à envoyer à la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports. Le montant du coupon sport vient en déduction du montant de la cotisation annuelle.

4 - Le chèque vacances

Nous acceptons en paiement de la cotisation annuelle ou d'un stage les chèques vacances.

5 - Les aides de votre comité d'entreprise

Le club peut vous fournir une attestation pour que vous obteniez un remboursement de votre cotisation annuelle par votre comité d'entreprise. Pour tout renseignement, adressez-vous à votre comité d'entreprise.

6 - Les aides de la Mairie

D'autres aides sont également disponibles en Mairie, renseignez-vous.

Tricolore Sportive de Massy
37, rue des ruelles 91300 MASSY - 01 69 20 89 71 - S. A. G. N° 12233 - Siret 381 699 438 000 10 - APE 926 C

L'adhérent était-il inscrit la saison précédente ? ☐ OUI ☐ NON

Nom de l'adhérent (en lettres capitales d'imprimerie)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nom des parents (si différent) : _____

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Prénom : _____

Sexe : ☐ Masculin ☐ Féminin Nationalité : _____

Date de naissance : _____

Age minimum 2 ans révolus J J M M A A

Renseignements complémentaires :

Adresse : _____

Code Postal _____ Ville : _____

Quartier : _____

Téléphone : _____

Portable : _____

Email : Ecrire lisiblement _____

@ _____

La communication se fait en priorité par messagerie et sur le site de la TSM.

Etablissement scolaire de l'enfant : _____

Je peux me rendre disponible pour aider l'association (☐ oui ☐ non) dans les domaines suivants: _____

Il est important que l'on puisse vous joindre en cas d'annulation de cours, indiquez-nous un numéro de portable où l'on peut vous envoyer un SMS. _____

Votre enfant était-il inscrit sur un autre club FFG l'an passé ? ☐ OUI ☐ NON

Si oui, Télécharger la procédure de mutation à l'adresse suivante :

tsmassy.asso.fr rubrique mutations

Entraînement : _____

L Ma Me J V S D

Entraîneur : _____ Horaires : _____

Disciplines choisies :

- ☐ Baby Gym (dés 2 ans révolus) ☐ Aérobiec
☐ Gymnastique aux agrès(GAM-GAF) ☐ Autre : _____
☐ Gym adultes (Step,Fitness,Renforcement Musculaire,Stretching)

Cotisation :

- ☐ Participation à une séance par semaine 180 €
☐ Participation à deux séances par semaine 205 €
☐ Participation à trois séances par semaine 245 €

Le coût de la cotisation intègre, la licence, l'adhésion au club et une participation aux frais de fonctionnement.

Paiement :

☐ BANQUE : _____ Chèque N° _____ €

Chèque N° _____ €

Chèque N° _____ €

☐ Chèque Vac N° _____ à N° _____

☐ Autre : _____

Avez-vous déjà versé 90 € pour la préinscription ? ☐ OUI ☐ NON

Souhaitez vous une attestation de paiement : ☐ OUI ☐ NON

Observations médicales ou autres :

01/10/10

Verifiez lire et signer la page suivante

Autorisation parentale

Je soussigné (e) _____

Responsable de l'enfant : _____

- ✓ Déclare exacts les renseignements portés sur cette fiche ;
- ✓ Autorise mon enfant à pratiquer l'activité choisie ;
- ✓ Autorise la TSM à prendre le cas échéant toutes mesures (traitement médical, hospitalisation, intervention médicale) rendues nécessaires par l'état de mon enfant ;
- ✓ Reconnais avoir accepté de servir de modèle et/ou les membres de ma famille pour les prises de vue durant, ou à l'occasion, des manifestations sportives, et ne pouvoir prétendre à aucune rémunération ;
- ✓ Autorise la TSM à utiliser librement les prises de vue pendant une durée de 7 ans à des fins de reproduction publicitaires soit seules ou accompagnées de textes et de légendes. Cette autorisation demeure valable si la TSM souhaite concéder le droit de reproduction et de représentation à des tiers (journaux municipaux partenaires de la TSM) ;
- ✓ Autorise mon enfant à quitter seul le gymnase ☐ OUI ☐ NON ;
- ✓ **Accepte qu'aucun remboursement ne sera envisagé.**

Points de règlements à respecter :

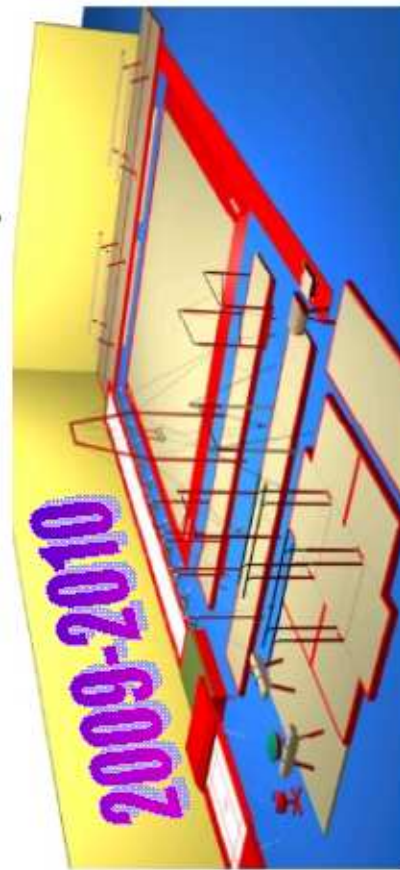
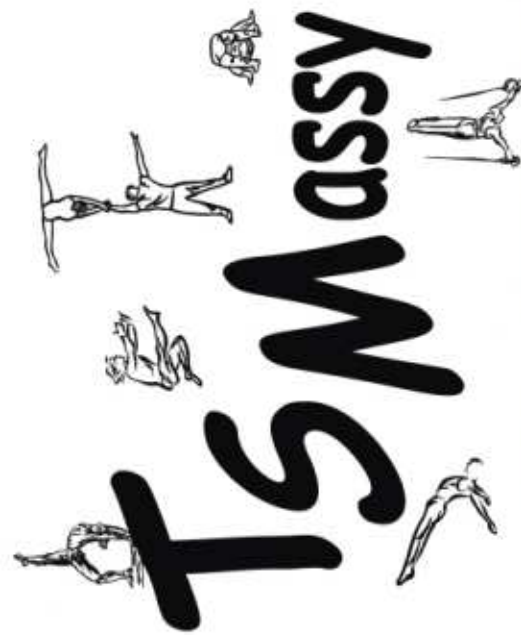
- L'adhérent est inscrit dans un cours, il se présente à ce cours aux horaires indiqués. Il ne pourra pénétrer dans le gymnase que peu de temps avant le début de son cours (ouverture des portes 5 min avant le début du cours). Il sortira du gymnase à l'issue de son cours accompagné du responsable parentale si nécessaire ;
- **Consulter les agents d'accueil en cas d'absence de l'entraîneur**
 - Il se présente au cours en tenue de gymnastique (short, tee-shirt, cycliste, jogging, justaucorps). Les vêtements amples et pantalons pattes d'éléphants sont interdits. La tenue du club est vivement conseillée. Les cheveux longs sont attachés et le chewing-gum est interdit. Si récidive, l'enfant attendra la fin du cours dans les vestiaires ;
- **Les pénalités de désistement en manifestation sont pris en charge par la famille (hors certificat médical).**
 - Les adhérents qui participent aux manifestations devront avoir la tenue club (sac, survêtement et justaucorps), ainsi que leurs deux CD de musique (obligatoire en individuel et équipe) ; un lecteur MP3 est conseillé pour les mouvements en musique lors des entraînements ou manifestations ;
 - Les parents qui accompagnent leur enfant resteront dans le hall d'entrée. Ils vérifieront la présence du moniteur avant de quitter l'enceinte du gymnase ;
 - Toute personne non adhérente à la TSM, ou en dehors de ses heures de cours n'est pas autorisée à pénétrer dans la salle et à monter sur les agrès ;
 - Tout adhérent s'engage à respecter le matériel mis à sa disposition. En cas de casse le responsable légal devra réparer les dégâts ;
 - Tout adhérent s'engage à respecter le cours, c'est-à-dire s'emploie à effectuer les exercices demandés et ne perturbe pas le cours. En cas de trouble, l'adhérent, après avertissement et avis aux parents, sera radié des cours et sans aucun remboursement ;
 - Des panneaux d'affichage sont installés au gymnase. Vous y trouverez toutes les informations utiles.

Mon enfant et moi-même avons pris connaissance des points de règlement et nous engageons à les respecter.

Date :

Signatures Parents

Signature Enfant



Des gymnastiques de qualité dans un club FFG...

SITE INTERNET

tsmassy.asso.fr

Tél : 01-69-20-89-71



Pièces nécessaires à l'inscription

- Fiche d'inscription remplie et signée
- Certificat médical avec la mention de l'activité pratiquée
- La cotisation en 3 Chèques maximum, encaissés avant Décembre 2009.



TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY
SAG 12233
37 rue des ruelles 91300 MASSY
Tél : 01-69-20-89-71
<http://www.tsmassy.asso.fr/>



***Rendez-vous au prochain numéro,
et n'oubliez pas de nous envoyer vos articles !***