

# TRICOLORE 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 : [tsmassy.inscription@yahoo.fr](mailto:tsmassy.inscription@yahoo.fr)

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

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



BABY-GYM - ÉVEIL GYMNIQUE - GYMNASTIQUE AUX AGRÈS  
**GYMNASTIQUE AÉROBIC** - TEAM-GYM - TUMBLING  
FITNESS - PILATES - CARDIO TRAINING - GYM SENIORS

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

Années de Naissance	Jours	Horaires	Groupe	Niveau	Entraîneur
2008 à 2014	Mardi	19h00-20h30	AER101	Loisirs	Violeta
	Samedi	15h30-17h00	AER102	Loisirs	Violeta
2011 et plus	Mardi Samedi	19h00-20h30 15h30-17h00	AER201	Evolution	Brinda
2010 et plus	Mardi - Vendredi Samedi	19h00-21h00 14h30-16h30	AER301	Compétition	Émilie

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
Massicois	235 €	280 €	330 €
Non - Massicois	255 €	300 €	350 €

La cotisation comprend :

- L'adhésion à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie,
- La licence sportive qui inclut l'assurance.

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