

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 : tsmassy@gmail.comSite : www.tsmassy.frFB : www.facebook.com/tricoloresportivemassyInsta : www.instagram.com/tsmassy

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE

De l'art et du sport ! La gymnaste acquiert légèreté, équilibre, souplesse et force lui permettant de réaliser des mouvements créatifs et acrobatiques.

La TSM propose une pratique de loisir et de compétition. Elle se pratique avec quatre agrès : le saut, les barres asymétriques, la poutre et le sol.

ENTRAÎNEMENTS

→ LOISIR – 1h30 par semaine

CATÉGORIE	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	GROUPE
POUSSINE	2018-2019-2020	Mercredi	13h30 - 15h00	GAF101
		Jeudi	17h30 - 19h00	GAF102
		Samedi	13h00 - 14h30	GAF104
			16h30 – 18h00	GAF103
BENJAMINE/MINIME	2014-2017	Mardi	17h30 – 19h00	GAF105
		Mercredi	15h00 - 16h30	GAF107
		Jeudi	18h30 – 20h00	GAF106
		Vendredi	19h30 – 21h00	GAF108
MINIME/CADETTE	2012-2015	Lundi	19h30 – 21h00	GAF109
		Jeudi	19h30 - 21h00	GAF110

Attention : afin de proposer un accompagnement adapté et de constituer des groupes au niveau plus homogène, certains cours loisirs sont indiqués avec un niveau conseillé :

- **Débutant** : enfants découvrant la gymnastique ou pratiquant pour la première année: GAF101, GAF104, GAF106, GAF107
- **Intermédiaire** : enfants ayant au moins une année de pratique et maîtrisant les bases de la gymnastique (roulade, roue, équilibre, etc.): GAF102, GAF103, GAF105, GAF108

Ces niveaux sont donnés uniquement à titre indicatif. Les parents restent libres d'inscrire leur enfant dans le groupe de leur choix, quel que soit son niveau de pratique.

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 : tsmassy@gmail.com Site : www.tsmassy.fr FB : www.facebook.com/tricoloresportivemassy Insta : www.instagram.com/tsmassy
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

→ **ÉVOLUTION – 4h par semaine**

CATÉGORIE	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	GROUPE
POUSSINE	2018-2019-2020	Mardi - Jeudi	17h00 – 19h00	GAF201
BENJAMINE/MINIME	2014-2017	Lundi – Vendredi	17h30 – 19h30	GAF202
MINIME/CADETTE	2012-2015	Mercredi Samedi	16h30 – 18h30 16h30 - 18h30	GAF203

→ **AVENIR – 6h par semaine**

CATÉGORIE	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	GROUPE
POUSSINE	2018-2019-2020	Lundi Mercredi Vendredi	17h00 – 19h00 14h30 - 16h30 17h30 - 19h30	GAF301
BENJAMINE/MINIME	2014-2017	Mardi Jeudi Vendredi	19h00 - 21h00 19h00 - 21h00 17h30 - 19h30	GAF302
MINIME/CADETTE	2012-2015	Mardi Jeudi Samedi	19h00 – 21h00 19h00 – 21h00 14h30 - 16h30	GAF303

→ **PERFORMANCE – 8h par semaine**

CATÉGORIE	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	GROUPE
PERFORMANCE	SUR TEST	Lundi Mercredi Vendredi Samedi	17h30 – 19h30 16h30 – 18h30 17h30 – 19h30 13h00 - 15h00	GAF401
PERFORMANCE	SUR TEST	Lundi Mercredi Vendredi Samedi	19h30 – 21h30 19h00 - 21h00 19h30 - 21h30 15h00 - 17h00	GAF402

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

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 : tsmassy@gmail.com

Site : www.tsmassy.fr

FB : www.facebook.com/tricoloresportivemassy

Insta : www.instagram.com/tsmassy

COTISATIONS

	LOISIR	ÉVOLUTION	AVENIR	PERFORMANCE
MASSICOIS	275 €	355 €	400 €	460 €
NON-MASSICOIS	295 €	375 €	420 €	480 €

NB : Les athlètes s'engageant dans la filière compétitive seront amenés à avoir des frais supplémentaires (tenue sportive complète, frais de déplacements).

La cotisation comprend :

- L'**adhésion** à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie,
- La **licence** sportive à la Fédération Française de Gymnastique, qui inclut l'assurance (environ 60 €).