



Avant-Garde de Troyes Gymnastique Rythmique

STAGE DE PERFECTIONNEMENT GYMNASTIQUE RYTHMIQUE VACANCES D'HIVER 2025

La section GR de L'AGT propose un stage de perfectionnement de gymnastique rythmique pendant les vacances scolaires : Travailler les tests de validation de ruban, solidifier les manipulations de base et en découvrir des nouvelles, travailler les difficultés corporelles, les lancers, les placements et la technique.

Date et Lieu: Du 10 Février au 14 Février 2025 au COSEC Hoppenot,
15 rue Alexandre Du Sommerard, à Troyes.

Jours : Du Lundi au vendredi

Heures: 9 H à 12 H et de 14 H à 17 H.

Niveau de pratique: Gymnastes du ruban bleu jusqu'au ruban Or + Compétitrices.

Journée type: Échauffement à thème, travail orienté (de pieds, de maintien...), assouplissement, travail alterné de difficultés corporelles et de lancers, travail des tests de validation de ruban.
Une sortie le vendredi après-midi (Prévoir de venir chercher votre fille sur place).

Encadrement: Charline MASSART : diplômées BPJEPS Activité gymnique d'expression.

Tarifs: A la semaine : 65€ par gymnaste.

Chèques à l'ordre de l'AGT GR.

La présence tous les jours est obligatoire (pas de stage à la carte). Cela est important pour les gymnastes de suivre le travail fait chaque jour de la semaine pour une réelle progression. Faire une seule semaine de stage par vacances ! La récupération du corps est importante

Ce prix comprend uniquement l'animation du stage. Reste à la charge des familles le repas du midi (un pique-nique équilibré peut être pris sur le lieu du stage).

Reprise de l'enfant en retard : 10€ PAR RETARD.

Prévoir: Une tenue près du corps (débardeur non décolleté), des patins de GR ou des chaussettes, une grande bouteille d'eau.
Les genouillères (pour les gymnastes du club).
S'attacher les cheveux, retirer les bijoux. Les portables doivent être éteints et rester dans les sacs. Le club décline toute responsabilité en cas de perte ou vol.

Pour plus de renseignements et pour toute réservation renvoyer le coupon ci-joint à:

Mlle Charline Massart

Adresse : 24 rue Benoit Malon 10300 Sainte Savine

Téléphone: 06.33.52.61.51

Maximum 15 places sont disponibles: ne tardez pas à me rendre votre autorisation, accompagnée du règlement.

FICHE D'INSCRIPTION STAGE DE PERFECTIONNEMENT HIVER 2025
AGT GR :

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné Mme/M.....autorise ma fille.....

âgée deans à participer au stage de l'AGT GR du 10 au 14 Février 2025.

Adresse :

.....
.....

Numéro de téléphone (en cas d'urgence) :

.....
.....

Ma fille restera manger sur le lieu du stage : oui non

Ma fille sait-elle nager ? oui non

Ma fille est autorisée à quitter seule le gymnase : oui non

Ma fille est adhérente au club de l'AGT GR : oui non

J'autorise le transport en voiture par une tierce personne pour une activité extérieure :
oui non

Pour la sortie du vendredi après-midi :

Êtes-vous disponible pour transporter quelques gymnastes ? oui non

Numéro de téléphone du conducteur :

Problèmes médicaux :

.....

Signature du responsable légal

Merci de joindre le règlement.