

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY

Année 2021-2022

GYM FORME LOISIRS ADULTES (G F L)

Cotisation annuelle : 200€

pour un accès illimité à tous les cours GFL Adultes (licence/assurance comprise)
- habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

Cours au gymnase 795, rue de l'Industrie

LUNDI

CIRCUIT TRAINING

19 H 15 à 20 H 15

MARDI

GYM-DOUCE

10 H 00 à 11 H 00

BODY SCULPT

19 H 15 à 20 H 15

MERCREDI

STEP

19 H 30 à 20 H 30

JEUDI

STRETCHING / RENFORCEMENT MUSCULAIRE

19 H 30 à 20 H 30

VENDREDI

DANSE MODERN'JAZZ ADOS/ADULTES

19 H 30 à 20 H 45

ESPACE MUSCUL LIBRE ACCES

LUN/MA/MER/JEU/VEN

18 H 30 à 20 H 00

SAMEDI

10 H 00 à 12 H 00

CONTACT

Espace sportif de la Sure, 795 rue de l'Industrie

Pauline (uniquement par SMS): 06.33.79.09.42

Site internet : www.gym-sereine.fr

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY

Année 2021-2022

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE (G A F)

Cotisation annuelle: 265 € (licence/assurance comprise)

- Habitants Saint André de Corcy: -10 euros

ENTRAINEMENTS 3 et 4 fois par semaine

MINIMES-CADETTES

JUNIORS-SENIORS

FEDERAL 4 fois
2010 et antérieurement

MARDI	18 H 30 à 20 H 00
MERCREDI	17 H 00 à 19 H 30
VENDREDI	19 H 30 à 20 H 45 (danse)
SAMEDI	10 H 00 à 12 H 30

MINIMES/BENJAMINES

FEDERAL 4 fois
2010-2011

MARDI	17 H 30 à 19 H 30
MERCREDI	17 H 00 à 19 H 30
JEUDI	17 H 15 à 19 h 30 (dont danse)
SAMEDI	10 H 00 à 12 H 30

BENJAMINES/POUSSINES

FEDERAL 3 fois
2011-2015

MARDI	17 H 00 à 19 H 00
MERCREDI	14 H 00 à 16 H 30
VENDREDI	17 H 00 à 19 H 30 (dont danse)

ENTRAINEMENTS 2 fois par semaine

MINIMES/CAD/JUNIORS

REGIONAL 2 fois
2010 et antérieurement

MARDI	18 H 30 à 20 H 00
MERCREDI	17 H 00 à 19 H 30
VENDREDI	19 H 30 à 20 H 45 (option danse)

BENJAMINES

REGIONAL 2 fois
2011-2012

LUNDI	18 H 30 à 20 H 00
VENDREDI	17 H 00 à 19 H 30 (dont danse)

POUSSINES

DEPARTEMENTAL 2 fois
2013-2014-2015

LUNDI	17 H 00 à 19 H 00
MERCREDI	14 H 00 à 16 H 00

CONTACT

Espace Sportif de la Sure, 795 rue de l'Industrie 01390 SAINT ANDRE DE CORCY

Pauline (uniquement par SMS): 06.33.79.09.42

Site internet : www.gym-sereine.fr

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY

Année 2021-2022

TRAMPOLINE

(TR)

Cotisation annuelle (licence/assurance comprise)

-Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

Trampoline Compétition 245€

TRAMPOLINE NATIONAL/FEDERAL

Toutes Catégories

MARDI

19 H 00 à 20 H 30

JEUDI

19 H 00 à 20 H 30

Sur sélection

SAMEDI

10 H 30 à 12 H 30

TRAMPOLINE REGIONAL

Toutes Catégories

MARDI

19 H 00 à 20 H 30

SAMEDI

9 H 30 à 11 H 00

Trampoline Loisir 200€

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 1 (TD1)

Année 2015/ 2014

MERCREDI

17 H 15 à 18 H 15

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 2 (TD2)

Année 2010/2013

LUNDI

19 H 00 à 20 H 30

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 3 (TD3)

Année 2009/2007

JEUDI

19 H 00 à 20 H 30

CONTACT

Espace Sportif de la Sure, 795 rue de l'Industrie 01390 SAINT ANDRE DE CORCY

David (uniquement par SMS): 06.81.45.97.53

Site internet : www.gym-sereine.fr