

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY
Année 2022-2023

GYM FORME LOISIRS ADULTES (G F L)

Cotisation annuelle : 210€

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 00 à 20 H 00

STRETCHING / RENFORCEMENT MUSCULAIRE

20 H 00 à 21 H 00

MERCREDI

STEP

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
SAMEDI

18 H 30 à 20 H 00
10 H 00 à 12 H 00

CONTACT

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

Contact par SMS à Pauline :0633790942

Site internet : www.gym-sereine.fr

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY
Année 2022-2023

GYM des TOUT-PETITS

Cotisation annuelle : 210 € (licence/assurance comprise)
- Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

PARENT/ GYM TOM POUCE
Nés en 2021-2020

MERCREDI

11 H 00 à 11 H 45

BABY GYM
Nés en 2020-2019

MERCREDI

10 H 00 à 10 H 45

GYM des PETITS

Cotisation annuelle : 210 € (licence/assurance comprise)
- Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

GYM NOVICE
Nés en 2018

MERCREDI

16 H 15 à 17 H 00

GYM EVEIL
Nés en 2018

SAMEDI

11 H 00 à 11 H 45

ECOLE DE GYM
Nés en 2017

LUNDI

17 H 25 à 18 H 25

GYM PLAISIR MIXTE

Cotisation annuelle : 210 € (licence/assurance comprise)
- Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

GYM PLAISIR DEBUTANTS MIXTE
Nés en 2016-2015

MARDI

17 H 30 à 18 H 30

GYM PLAISIR DECOUVERTE MIXTE
Nés en 2014-2013

SAMEDI

9 H 30 à 10 H 30

GYM PLAISIR JEUNESSE MIXTE

Cotisation annuelle : 240 € (licence/assurance comprise)
- Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

Nés en 2012-2011

JEUDI

17 H 30 à 19 H 00

Nés en 2010 et antérieurement

JEUDI

19 H 00 à 20 H 30

CONTACT

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

Contact par SMS à Pauline :0633790942

Site internet : www.gym-sereine.fr

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY
Année 2022-2023

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE (G A F)
Cotisation annuelle: 275 € (licence/assurance comprise)
- Habitants Saint André de Corcy: -10 euros

ENTRAINEMENTS 3 et 4 fois par semaine

MINIMES/CADETTES / JUNIORS

**PERFORMANCE et FEDERAL 4 fois
2006 à 2011**

MARDI 17H 30 à 19 H 30
MERCREDI 17 H 00 à 19 H 30
JEUDI 17H15 à 19H00
VENDREDI 19H30 à 20H45 (danse)
SAMEDI 10H00 à 12H30

MINIMES/CADETTES/JUNIORS

**FEDERAL A et B 3 fois
2006 à 2011**

MARDI 18 H 30 à 20H00
MERCREDI 17 H 00 à 19 H 30
VENDREDI 19H30 à 20H45 (danse)
SAMEDI 10 H 00 à 12 H 30

BENJAMINES/POUSSINES

**FEDERAL A et B 3 fois
2012-2013-2014**

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
2011 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/MINIMES

**REGIONAL 2 fois
2011-2012-2013**

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

POUSSINES

**DEPARTEMENTAL 2 fois
2014-2015-2016**

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

Mini Poussines

Cotisation annuelle : 240 € (licence/assurance comprise)
- Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

POUSSINES

**MINI POUSSINES DEBUTANTES 1 fois
2016-2017**

MERCREDI 14H00 à 15H30

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

Contact par SMS à Pauline :0633790942 / Site internet : www.gym-sereine.fr

LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY
Année 2022-2023

TRAMPOLINE (TR)

Cotisation annuelle (licence/assurance comprise)
-Habitants de Saint André de Corcy: -10 euros

Trampoline Compétition 255€

TRAMPOLINE FEDERAL/NATIONAL 3 fois :

Toutes Catégories	MARDI	19 H 00 à 20 H 30
	JEUDI	19 H 00 à 20 H 30
Sur sélection	SAMEDI	09H 30 à 11 H 30

TRAMPOLINE REGIONAL 2 fois :

Toutes Catégories	MARDI	19 H 00 à 20 H 30
Sur sélection	SAMEDI	9 H 30 à 11 H 30

Trampoline Loisir 210€

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 1 (TD1) **MERCREDI** 17 H 15 à 18 H 15
Année 2015/ 2016

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 2 (TD2) **LUNDI** 19 H 00 à 20 H 30
Année 2012/2014

TRAMPOLINE DEPARTEMENTAL 3 (TD3) **JEUDI** 19 H 00 à 20 H 30
Année 2009/2011

CONTACT

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

Contact par SMS à David : 0681459753

Site internet : www.gym-sereine.fr