



INSCRIPTION PAR INTERNET

Samedi 20 août 9h
Anciens membres

Dimanche 21 août 9h
Nouveaux membres et retardataires

Audition pour secteur compétitif:
11 août - Gymnastique
(réservation nécessaire par téléphone - coût 5\$)

18 août - Cheerleading
(réservation nécessaire par téléphone)

MODALITÉ D'INSCRIPTION :
Inscription en ligne, paiement par la poste par chèque à l'ordre de : École les Dynamix
Le coût du cours ne comprend pas les frais d'affiliation de 16\$ à la Fédération de gymnastique du Québec payables 1 fois par année, lors de l'inscription

LIEU DES COURS :

ÉCOLE LES DYNAMIX
2150, Rue Bombardier local 200
Ste-Julie, J3E 2J9



ÉCOLE LES DYNAMIX

RENSEIGNEMENTS:

450-649-7946

www.ecoledynamix.com

PROGRAMME PRÉ-COMPÉTITIF & COMPÉTITIF (féminin & masculin)

Ce programme de perfectionnement en gymnastique, trampoline, tumbling et cheerleading permet aux athlètes de s'entraîner en vue d'une participation à diverses compétitions régionales et provinciales. Les entraînements sont au nombre de 2 à 5 fois par semaine pour un total d'heures d'entraînement variant entre 4h et 18h par semaine.



CONGÉS PÉDAGOGIQUES

Le club organise des activités lors des congés pédagogiques.

Inscription à la journée.

9h à 16h (4 ans et plus) - 9h à 14h (3 ans)

Possibilité de service de garde de 7h à 9h et de 14h à 17h

- 28 octobre 2011
- 17-18 novembre 2011
- 30 janvier 2012
- 20-21 février 2012
- 5 au 9 mars 2012

Coûts : 4 ans et + / 26\$ membre
31\$ non membre
3 ans / 21\$ membre
26\$ non membre



FÊTE D'ENFANTS

Le club organise des fêtes d'enfants des plus "Dynamix" !

Surprises et rebondissements garantis.

Au programme : trampoline, élastiques acrobatiques, gymnastique et surprises pour le fêté et ses invités.

150\$ (12 enfants)

1h30 d'activités avec entraîneurs,

1h d'accès à la salle sans animation, surprises pour les enfants



ÉCOLE LES DYNAMIX

Programmation

2011 2012

PROGRAMME GYM-BÉBÉ (20 À 36 MOIS)

Ce cours de gymnastique parent-enfant permet aux bambins de développer leur motricité à travers divers parcours gymniques, appareils de gymnastique et trampoline. À l'aide du parent, le jeune enfant développera son équilibre et apprendra à sauter, tomber, grimper, etc. Il permet également de faire de l'exercice et de prendre contact avec les autres enfants tout en s'amusant.

| | | |
|-----------------|--------------------|-------------------|
| Mercredi, Jeudi | 9h à 9h45 | |
| Samedi | gr 1 8h30 à 9h15 | gr 2 9h30 à 10h15 |
| | gr 3 10h30 à 11h15 | |
| Dimanche | 8h30 à 9h15 | |

Coûts : 45 minutes semaine / 13 semaines : 109\$

PROGRAMME GYM-ENFANCE (3 ANS) & PROGRAMME GYMINI (4-5 ANS)

Ces programmes de gymnastique permettent aux jeunes enfants de se familiariser avec les différents appareils de gymnastique (table de saut, barres asymétriques, poutre, sol, trampoline) à travers des parcours gymniques qui développent leurs habiletés motrices.

| | |
|--------------------|----------------------------------------------|
| GYM-ENFANCE | (L'enfant doit avoir 3 ans au 1er septembre) |
| Mercredi, Jeudi | 10h à 10h50 |
| Samedi | 8h45 à 9h35 ou 11h10 à 12h |
| Dimanche | 8h45 à 9h35 ou 10h à 10h50 ou 11h à 11h50 |

Coûts : 50 min semaine / 13 semaines : 114\$

| | |
|---------------|----------------------------------------------|
| GYMINI | (L'enfant doit avoir 4 ans au 1er septembre) |
|---------------|----------------------------------------------|

| | |
|-------------------|-------------------------------------------------------|
| Mercredi ou jeudi | 11h à 12h |
| Mercredi | 17h45 à 18h45 |
| Jeudi | 16h30 à 17h30 ou 17h45 à 18h45 |
| Vendredi | 16h15 à 17h15 |
| Samedi | 8h30 à 9h30 ou 9h45 à 10h45 ou 11h à 12h ou 13h à 14h |
| Dimanche | 9h à 10h |

Coûts : 1h semaine / 13 semaines : 119\$
2h semaine / 13 semaines : 210\$



PROGRAMME GYM-BRICO & PROGRAMME GYM-BRICO DANSE CRÉATIVE

Ce programme permet aux enfants de s'exprimer et de prendre contact avec les autres enfants à travers la gymnastique, les jeux collectifs et les ateliers d'arts plastiques. Une séance de danse est ajoutée au programme Gym-Brico dans le programme Gym-Brico danse créative.

3-4 ANS Gym-brico ou Gym-Brico danse créative 1 ou 2 x sem.

Mardi et/ou vendredi 8h45 à 11h45 Gym-Brico
8h45 à 14h Gym-Brico danse créative

4-5 ANS Gym-brico ou Gym-Brico danse créative 1 ou 2 x sem.

Lundi et/ou mercredi 8h45 à 11h45 Gym-Brico
8h45 à 14h Gym-Brico danse créative

Coûts : Gym Brico 1 x sem. (3h) / 13 semaines : 235\$
Gym Brico 2 x sem. (6h) / 13 semaines : 380\$
Gym Brico danse créative 1 x sem. (3h) / 13 semaines : 345\$
Gym Brico danse créative 2 x sem. (6h) / 13 semaines : 575\$

PROGRAMME RÉCRÉATIF

Ce programme a comme objectif l'apprentissage de divers mouvements et habiletés gymniques sur les appareils de gymnastique (sol, barres asymétriques, poutre, table de saut) ainsi que sur trampoline. La réussite d'un niveau est un pré-requis afin de s'inscrire au niveau supérieur.

| | | |
|------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Rouge et Tan / 5-6 ans (groupes mixtes) | Jeudi, Vendredi Samedi | 16h30 à 17h45 16h15 à 17h30 10h à 11h15 ou 12h30 à 13h45 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |
| | Dimanche | 9h15 à 10h30 |

| | | |
|-------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Rouge et Tan / 6-7 ans | Lundi ou Mardi Samedi Dimanche | 18h à 19h30 12h à 13h30 10h15 à 11h45 15h à 16h30 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------|
| Rouge et Tan / 8 et + | Lundi Samedi Dimanche | 18h15 à 19h45 12h à 13h30 12h à 13h30 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|----------------------------------|----------------|--------------------------------|
| Bronze et Mauve / 6-7 ans | Mardi Dimanche | 18h15 à 19h45 13h45 à 15h15 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|-------------------------------------|-------------------|----------------------------|
| Bronze et Mauve / 8 ans et + | Mercredi Dimanche | 18h à 19h30 13h30 à 15h |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|---------------------------|----------------|----------------------------|
| Bleu / 10 ans et - | Jeudi Dimanche | 18h à 20h 12h30 à 14h30 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|---------------------------|----------------|----------------------------|
| Bleu / 10 ans et + | Jeudi Dimanche | 19h à 21h 12h30 à 14h30 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

| | | |
|------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------|
| Turquoise, Argent, Orange 10 ans et - / 10 ans et + | Mercredi Dimanche | 18h30 à 20h30 14h30 à 16h30 |
| | | 1 ou 2 fois / semaine |

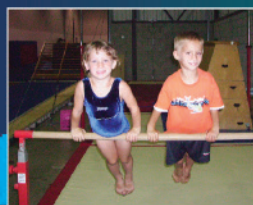
Garçons (1 ou 2 fois / semaine)

| | | |
|--------------------------------------------|----------------|----------------------------|
| Rouge, Tan, Bronze, Mauve (6-8 ans) | Mardi Dimanche | 18h à 19h30 10h30 à 12h |
|--------------------------------------------|----------------|----------------------------|

| | | |
|-----------------------------------------------|----------------|----------------------------|
| Rouge, Tan, Bronze, Mauve (9 ans et +) | Jeudi Dimanche | 19h à 20h30 12h à 13h30 |
|-----------------------------------------------|----------------|----------------------------|

| | | |
|--------------------------|--------------|------------------------|
| Bleu (9 ans et +) | Lundi Samedi | 19h à 21h 15h à 17h |
|--------------------------|--------------|------------------------|

Coûts : 1h15 semaine / 13 semaines : 131\$
1h30 semaine / 13 semaines : 165\$
2h semaine / 13 semaines : 185\$
2h30 semaine / 13 semaines : 225\$
3h semaine / 13 semaines : 275\$
4h semaine / 13 semaines : 315\$



PROGRAMME GYM-ADO

Ce cours s'adresse aux 14-17 ans qui n'ont pas ou peu de connaissances en gymnastique. Il permet l'initiation ou le perfectionnement des mouvements aux différents appareils de gymnastique.

Lundi 19h30 à 21h Coûts : 1h30 semaine / 13 semaines : 165\$

TRAMPOLINE

Ce programme a comme objectif l'apprentissage de divers mouvements et habiletés en trampoline.

| | |
|---------------------------|----------------------------------------------|
| Niveau 1 (7-9 ans) | Jeudi 17h à 18h et/ou Dimanche 12h30 à 13h30 |
|---------------------------|----------------------------------------------|

| | |
|-------------------------------|--------------------------------------------|
| Niveau 1 (10 ans et +) | Mardi 19h30 à 20h30 et/ou Samedi 15h à 16h |
|-------------------------------|--------------------------------------------|

| | |
|---------------------------|----------------------------------------------|
| Niveau 2 (7-9 ans) | Lundi 18h à 19h et/ou Dimanche 13h30 à 14h30 |
|---------------------------|----------------------------------------------|

| | |
|-------------------------------|----------------------------------------|
| Niveau 2 (10 ans et +) | Lundi 19h à 20h et/ou Samedi 16h à 17h |
|-------------------------------|----------------------------------------|

Coûts : 1h semaine / 13 semaines : 131\$
2h semaine / 13 semaines : 225\$

| | |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Trampoline ado (14-17 ans) | Mardi 20h à 21h Coûts : 1h semaine / 13 semaines : 131\$ |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------|

| | |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Trampoline adulte (18 ans et plus) | Mardi 21h à 22h Coûts : 1h semaine / 13 semaines : 131\$ |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------|



TUMBLING

Ce programme a comme objectif l'apprentissage d'enchaînements de mouvements acrobatiques au sol. Groupes mixtes.

| | |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|
| Tumbling 1 (7 ans et +) | Mercredi 19h à 20h30 et/ou Dimanche 15h30 à 17h |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|

| | |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Tumbling 2 (7 ans et +) / préalable : rondade flic flac | Mercredi 19h à 21h et/ou Dimanche 15h30 à 17h30 |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|

Coûts : 1h30 semaine / 13 semaines : 165\$
2h semaine / 13 semaines : 185\$
3h semaine / 13 semaines : 270\$
4h semaine / 13 semaines : 310\$

GYM-LIBRE

Pratiques libres de gymnastique sous la supervision d'un entraîneur

Parents-enfants (2 à 15 ans)

Réservé aux gymnastes du secteur récréatif * Présence d'un parent obligatoire

Dimanche 18h30 à 20h

25 septembre - 23 octobre - 20 novembre

Coûts : 5\$ / enfant Membre

Ado-adulte (16 ans et +)

Lundi 20h30 à 22h Mercredi 20h30 à 22h

Coûts : 10\$ / séance (plus affiliation annuelle obligatoire)

ACTIGYM

Cours adaptés aux enfants ayant un léger handicap physique ou retard de développement

Pour informations : (450) 649-7946

CHEERLEADING RÉCRÉATIF

Acrobaties aériennes, pyramides et chorégraphies de groupe pour filles et garçons

7-9 ans Dimanche 14h à 15h30

10-13 ans Dimanche 14h à 15h30

14-18 ans Jeudi 19h30 à 21h

Coûts : 1h30 semaine / 13 semaines : 165\$

CIRQUE

Initiation au trapèze, jonglerie et mains à mains

7-9 ans Dimanche 15h à 16h30

10 ans et plus Dimanche 16h30 à 18h

Coûts : 1h30 semaine / 13 semaines : 165\$



LE CLUB POSSÈDE UNE ÉQUIPE D'ENTRAÎNEURS DYNAMIQUES FORMÉS ET CERTIFIÉS PAR LE PROGRAMME NATIONAL DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS.