

ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

TRAMPOLINE, TUMBLING, « CHEERLEADING » (FILLES, GARÇONS ET ADULTES)

RENSEIGNEMENTS : École les Dynamix, 450-649-7946 – SITE INTERNET : www.ecoledynamix.com

Cette discipline développe essentiellement la coordination, la motricité, la souplesse, la force, l'équilibre et la puissance.

Inscription :	EN LIGNE du 27 février au 4 mars (pour les membres de la session Hiver) et à partir du 5 mars (nouveaux membres ou membres de la session automne) - CARTE LOISIRS NON EXIGÉE
Païement :	Émettre un chèque à l'ordre de l'École Les Dynamix
Gymnastique :	Exercices au sol et aux appareils (cheval sautoir, barres asymétriques, poutre et sol), trampoline, élastiques acrobatiques, parcours gymniques
Trampoline :	Initiation et perfectionnement au trampoline
Tumbling :	Mouvements et acrobaties au sol, enchaînement de mouvements acrobatiques, trampoline
Lieu des cours :	2150, rue Bombardier, local 1200, Sainte-Julie (Québec) J3E 2J9

La session printemps sera d'une durée de **9 à 11 semaines (selon le cours choisis)** à l'exception du secteur compétitif. Toutes les catégories suivantes participent au spectacle de fin d'année (considéré comme une semaine de cours) :

GYM-BRICO (4-5 ans seulement), GYM-BRICO DANSE CRÉATIVE, GYMINI, ROUGE ET TAN, BRONZE & MAUVE, BLEU, TURQUOISE, TUMBLING, CHEERLEADING

Les catégories suivantes ne participent pas au spectacle et termineront la session avec une démonstration à l'École, en gymnase, devant les parents :
GYM-BRICO (3-4 ans seulement), GYM-BÉBÉ, GYM-ENFANCE, GYM-ADO

Le spectacle de fin d'année aura lieu les 8, 9 et 10 juin prochains. L'horaire des démonstrations est à venir. Soyez à l'affût des communiqués en cours de session pour plus de renseignements sur les bénévoles, les horaires et les billets.

L'horaire des cours peut être modifié en raison du nombre d'inscriptions. Le coût ne comprend pas les frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique du Québec de 16 \$, payables annuellement lors de l'inscription.

NOTE : POUR LES NON-RÉSIDENTS UN SUPPLÉMENT DE 5\$ PAR INSCRIPTION EST REQUIS

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT 1x/sem	COÛT 2x/sem	
GYM-BÉBÉ parent/enfant (20 à 36 mois)	Aucun préalable. Gym-Bébé est un cours parent/enfant qui permet aux bambins de faire de l'exercice, de s'amuser et de développer motricité et contact avec les autres enfants.	Mercredi ou jeudi	9 h à 9 h 45	84 \$	Aucun rabais
		Samedi ou dimanche Samedi	8 h 30 à 9 h 15 9 h 30 à 10 h 15 ou 10 h 30 à 11 h 15	76 \$	
GYM-ENFANCE (3 ans)	Aucun préalable. Gym-Enfance est un cours de gymnastique qui permet aux jeunes enfants de se familiariser avec les différents appareils de gymnastique, de s'amuser et de prendre contact avec d'autres enfants.	Mercredi ou jeudi	10 h à 10 h 50	88 \$	Aucun rabais
		Samedi Dimanche	8 h 45 à 9 h 35 ou 11 h 10 à 12 h 8 h 45 à 9 h 35 ou 10 h à 10 h 50 ou 11 h à 11 h 50	79 \$	
GYM-BRICO (3 ans et 4-5 ans)	Aucun préalable. Gym-Brico est une activité qui permet aux enfants de s'exprimer et de prendre contact avec les autres enfants à travers la gymnastique, les jeux collectifs, les ateliers d'arts plastiques et d'art dramatique.	3 ans : Mardi	8 h 45 à 11 h 45	181 \$	328\$
		4-5 ans : Mercredi	8 h 45 à 11 h 45	209 \$	
GYM-BRICO DANSE CRÉATIVE (4-5 ans)	Aucun préalable. Idem à Gym-Brico avec ateliers de danse créative.	4-5 ans : Lundi	8 h 45 à 14 h	276 \$	Aucun rabais
GYMINI (4-5 ans)	Aucun préalable. Gymini est un cours d'initiation à la gymnastique.	Mercredi ou jeudi Mercredi Jeudi	11 h à 12 h 17 h 45 à 18 h 45 16 h 30 à 17 h 30 ou 17 h 45 à 18 h 45	111 \$	Rabais de 21\$ sur la 2 ^e inscription
		Vendredi Samedi Dimanche	16 h 15 à 17 h 15 8 h 30 à 9 h 30 ou 9 h 45 à 10 h 45 ou 11 h à 12 h ou 13 h à 14 h 9 h à 10 h	102 \$	

ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE (suite)

RENSEIGNEMENTS : École les Dynamix, 450-649-7946 – SITE INTERNET : www.ecoledynamix.com

NOTE : POUR LES NON-RÉSIDENTS UN SUPPLÉMENT DE 5\$ PAR INSCRIPTION EST REQUIS

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE		COÛT 1x/sem	COÛT 2x/sem
ROUGE ET TAN (5-6 ans)	Avoir suivi un cours de gymnastique et obtenu le niveau bordeaux.	Jeudi	16 h 30 à 17 h 45	121 \$	Rabais de 21\$ sur la 2 ^e inscription
		Vendredi	16 h 15 à 17 h 30	111 \$	
		Samedi	10 h à 11 h 15 ou 12 h 30 à 13 h 45	111 \$	
		Dimanche	9 h 15 à 10 h 30	111 \$	
ROUGE ET TAN (6-7 ans) filles	Aucun préalable	Lundi	18 h à 19 h 30	137 \$	Rabais de 42\$ sur la 2 ^e inscription
		Mardi	18 h à 19 h 30	150 \$	
		Samedi	12 h à 13 h 30	137 \$	
		Dimanche	10 h 15 à 11 h 45	137 \$	
		Dimanche	15 h à 16 h 30	137 \$	
ROUGE ET TAN (8 ans et +) filles	Aucun préalable	Lundi	18 h 15 à 19 h 45	137 \$	232\$
		Samedi ou dimanche	12 h à 13 h 30	137 \$	
BRONZE & MAUVE (6-7 ans) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mardi	18 h 15 à 19 h 45	150 \$	245\$
		Dimanche	13 h 45 à 15 h 15 ou 12 h à 13 h 30	137 \$	
BRONZE & MAUVE (8 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mercredi	18 h à 19 h 30	150 \$	245\$
		Dimanche	13 h 30 à 15 h	137 \$	
BLEU Filles	Avoir réussi le niveau mauve	Jeudi	18 h à 20 h	167 \$	277\$
		Dimanche	12 h 30 à 14 h 30	153 \$	
TURQUOISE, ARGENT & ORANGE Filles	Avoir réussi le niveau bleu	Mercredi	18 h 30 à 20 h 30	167 \$	277\$
		Dimanche	14 h 30 à 16 h 30	153 \$	
Garçons	Aucun préalable	Mardi (6-8 ans)	17 h 45 à 19 h 15	150 \$	245\$
		Dimanche (6-8 ans)	10 h 30 à 12 h	137 \$	
		Dimanche (6-8 ans)	12 h à 13 h 30		
		Dimanche (9 ans et plus)	12 h à 13 h 30		
TRAMPOLINE 1 (7-9 ans)	Aucun préalable	Jeudi	17 h à 18 h	101 \$	171\$
		Dimanche	12 h 30 à 13 h 30	91 \$	
TRAMPOLINE 2 (7-9 ans)	Avoir réussi trampoline 1	Lundi	18 h à 19 h	91 \$	161 \$
TRAMPOLINE 1 (10 ans et +)	Aucun préalable	Mardi	19 h 30 à 20 h 30	101 \$	171\$
		Samedi	15 h à 16 h	91 \$	
TRAMPOLINE 2 (10 ans et +)	Avoir réussi trampoline 1	Lundi	19 h à 20 h	91 \$	161 \$
TRAMPOLINE ADULTE	Aucun préalable	Mardi	20 h à 21 h	101 \$	Aucun rabais
TUMBLING 1 (7 ans et +)	Aucun préalable	Mercredi	19 h à 20 h 30	150 \$	245\$
		Dimanche	15 h 30 à 17 h	137 \$	
TUMBLING 2 (7 ans et +)	Rondade flic flac	Mercredi	19 h à 21 h	167 \$	277\$
		Dimanche	15 h 30 à 17 h 30	153 \$	
GYM-ADO (14-17 ans)	Aucun préalable	Lundi	19 h 30 à 21 h	115 \$	
PRATIQUE LIBRE PARENT-ENFANT ENFANT 5-14 ANS	Il ne s'agit pas d'un cours mais d'une pratique libre sous la supervision d'un entraîneur. Pas de gymnastes compétitives et la présence du parent est obligatoire.	Les dimanches : 25 mars - 29 avril - 27 mai de 18 h 30 à 20 h		5 \$ par pratique	
PRATIQUE LIBRE ADO-ADULTE (16 ans et plus)	Il ne s'agit pas d'un cours mais d'une pratique libre sous la supervision d'un entraîneur.	Lundi et/ou mercredi	20 h 30 à 22 h	10 \$ par pratique + frais annuels d'affiliation	
CHEERLEADING (7-9 ans) (10-13 ans)	Acrobaties aériennes, pyramides et chorégraphie de groupe pour filles et garçons	Dimanche 30 (7-9 ans)	14 h à 15 h	137 \$	
		Dimanche (10-13 ans)	14 h à 15 h 30		