

aux parents des gymnastes  
des catégories individuelles, DC3 J, DC3 S, DF et DN

Bonjour à tous,

Il est temps de penser à recommencer sérieusement...

Reprise en douceur, mais reprise quand même. Il faut vérifier les compositions, les terminer pour certaines, commencer la recherche de chorégraphie pour les mouvements d'ensemble, enfin bref, il faut reprendre...

Le traditionnel stage du mois d'Août vous est donc proposé cette année afin d'attaquer la rentrée d'un bon pied :

**Dates :** Du **Lundi 17 au Vendredi 21** Août 2009

Et du **Lundi 24 au Jeudi 27** Août 2009

**Horaires :** tous les jours de 10h00 à 17h00 pour les individuelles  
de 10h00 à 15h00 pour les autres gymnastes

**Lieu :** Salle Omnisports des Costières

**Prévoir :** Un repas froid pour midi  
Des "en-cas" pour les petits creux  
Des genouillères  
**Des baskets** (de sport, pas de ville...)  
Un maillot et une serviette  
Une tenue de Gym (évident !)  
Une bouteille d'eau

**Programme** De la GR, de la danse (pas classique), plein de choses chouettes, mais pas encore calées complètement au moment de l'impression de ce courrier.

**Tarif :** **15 €** à donner le premier jour du stage

**Final :** Une petite démonstration de fin de stage sera présentée aux parents le Jeudi 27 Août à 16 h 30 aux Costières et un goûter sera offert à toutes et à tous pour fêter la reprise d'une saison que nous espérons bonne pour toutes.

Merci de nous prévenir si votre fille ne pouvait assister à ce stage, et nous en donner la (bonne) raison... Vous pouvez, comme d'habitude, nous laisser le message au 04.66.26.86.59 (répondeur du club).

A bientôt de vos nouvelles, en espérant que vos vacances auront été bénéfiques....

L'équipe Technique



**Rythmique Club Nîmes Métropole**

Stade des Costières - Avenue de la Bouvine  
30 900 Nîmes

Site : [www.rythmiqueclub-nimes.com](http://www.rythmiqueclub-nimes.com)

Tel/Fax : 04.66.26.86.59

E-Mail : [rcdn@9online.fr](mailto:rcdn@9online.fr)

Agrément Jeunesse et Sports : 30 S 456 / 86

NAF : 9312 C / SIRET : 37956699500021

Nîmes  
GRS  
Métropole