

Madame, Monsieur,

Le Rythmique Club de Nîmes Métropole, est heureux de vous présenter son nouveau planning et se réjouit de peut être débuter une nouvelle saison sportive en votre compagnie. L'activité principale du club est la **G.R. (Gymnastique Rythmique)** et s'adresse aux jeunes filles dès l'âge de 3 ans.

• **Votre enfant peut pratiquer la GR au sein de « L'école de Gymnastique Rythmique » :**

Nous avons des écoles de GR à Nîmes et à Caissargues (pratique de loisirs)

Il y aura alors un entraînement par semaine qui permet aux fillettes de découvrir cette activité, et d'apprendre à connaître les différents engins (corde, cerceau, ballon, massues, ruban). Il est à noter, que pour cette section, le club prêtera les engins aux gymnastes pour les entraînements et pour les démonstrations. Les enfants prépareront des démonstrations qui se font au cours de l'année tout en perfectionnant la technique. La tenue demandée est **un caleçon long noir en lycra sans pieds et le débardeur du club** (*que vous pourrez vous procurer lors de l'inscription*). Le survêtement du club est facultatif.

• **Votre fille peut pratiquer la GR au sein d'une section compétition :**

C'est au cours des premiers entraînements que la monitrice vous dira si votre fille peut intégrer cette section, le choix final restant bien évidemment de votre ressort. Il y aura alors un minimum de 2 entraînements par semaine. Les coûts engendrés par les déplacements sont à la charge des familles.

Pour cette section :

- En Coupe Formation (préparation à la compétition) : 2 cours par semaine ; 3 étapes de tests (club, département, région) ; tenue = ensemble shorty en lycra fushia (*commandé par le club*). Coupe vent du club facultatif.
- En Divisions Critérium (compétition débutante) : 2 cours par semaine et 4 niveaux de compétition possibles (département, région, inter région, et national); tenue obligatoire = débardeur turquoise et coupe vent (*commandés par le club*), et location d'un justaucorps pour les passages en compétition.
- En compétition avancée : 3 à 4 cours par semaine, 4 niveaux de compétition possibles en individuel et/ou en ensemble; tenue obligatoire = débardeur turquoise et coupe vent (*commandé par le club*), et location d'un justaucorps pour les passages en ensemble. Les justaucorps pour les individuelles restent au choix des gymnastes. Il est à noter que les gymnastes concourant en individuel devront se procurer leurs propres engins dès que ceux ci seront définis par la monitrice responsable du cours. **Ces engins seront sous l'entière responsabilité de leur propriétaire.**

• **Une section gym adulte est également à votre disposition:**

2 cours par semaine vous sont proposés afin de vous maintenir en forme en musique...

Pour tous renseignements complémentaires, vous pouvez vous adresser aux personnes s'occupant des inscriptions, appeler le 04.66.26.86.59 ou vous connecter sur www.rythmiqueclub-nimes.com

TSVP ⇨



Rythmique Club Nîmes Métropole

Stade des Costières - Avenue de la Bouvine
30 900 Nîmes

Site : www.rythmiqueclub-nimes.com

Tel/Fax : 04.66.26.86.59

E-Mail : rcdn@9online.fr

Agrément Jeunesse et Sports : 30 S 456 / 86

NAF : 9312 C / SIRET : 37956699500021

Affilié à la FFG



Permanences d'inscriptions :

❖ **A Nîmes** : Du 1er au 10 septembre 2010 inclus, du lundi au vendredi, les après midis de 14h30 à 18h30

A partir du 15 septembre 2010 les mercredis et vendredis après midis de 15h00 à 19h00

Lieu des permanences : bureau du club : stade des Costières (du même côté que l'escrime) au 1^{er} étage. ***Les renseignements pour la section de Caissargues pourront également être donnés ces jours là***

COURS D'ESSAI GRATUITS LES MARDIS ET MERCREDIS du 14 au 29 septembre 2010 inclus, selon les horaires et les années d'âge des cours des écoles de GR :

- pour les filles nées en 1999 et avant : Mercredi aux costières de 15h à 16h

- pour les filles nées en 2000 ou 2001 : Mercredi de 14h30 à 15h30 au Parnasse ou de 10h30 à 11h30 à la salle St Exupéry de Caissargues

- pour les filles nées en 2002 à 2004 : Mercredi de 13h30 à 14h30 au Parnasse ou de 10h30 à 11h30 à la salle St Exupéry de Caissargues

- pour les filles nées de 2005 à 2007 : Mercredi de 10h à 11h aux costières

❖ **A Caissargues** : à partir du 16 Septembre, tous les Mercredis de 9h30 à 11h00 ou à Nîmes aux jours et heures ci-dessus

Lieu des permanences : salle St Exupéry (zone Euro 2000).

COURS D'ESSAI GRATUITS AUX HORAIRES DES PERMANENCES

Reprise des cours : à partir du lundi 13 septembre 2010

Vous remerciant par avance de nous faire confiance, nous vous adressons nos sincères et sportives salutations

Le Conseil d'Administration

DETAILS PRATIQUES

Vous pourrez compléter la fiche de renseignement au bureau du club.

Pour limiter les envois postaux nous vous remercions de nous fournir une adresse mail valide.

Si votre certificat médical est daté du 1/07/2010, celui ci pourra être pris au mois de juin.

Pour les règlements nous acceptons :

- les bons CAF (prévoyez de faire un chèque de 48 € qui vous sera rendu en Septembre en échange des bons CAF)
- les participations des comités d'entreprise (demandez votre attestation lors de la réinscription)
- la participation du CCAS aux activités de loisirs (prévoyez de faire un chèque de 99,85 € qui vous sera rendu à la réception de leur contribution)

En Septembre vous devrez compléter votre dossier :

- en nous donnant le certificat médical (s'il n'a pas été fourni au mois de juin)
- en signant l'attestation d'assurance liée à la licence.

AUCUNE gymnaste ne sera acceptée en cours à partir du 13/09 si le dossier est incomplet.