


 [Nous contacter :](#)

Présidente Elisabeth DEBARD 04.73.95.49.83 OU 06.19.55.66.29
Vice Présidente Laurence TRONEL au 06.20.90.02.46
Par mail à gymvolontaire-063114@epgv.fr henridebard@orange.fr
franckelaurence.tronel@orange.fr

Commentaire : Pour chaque séance Il est demandé d'avoir une paire de chaussure de sports adaptée à la pratique sportive et réservée à la salle de sport et une bouteille d'eau. Dès l'inscription il sera demandé un certificat médical autorisant la pratique d'un sport.

 [Nous rencontrer :](#)

**** Le 12 Septembre 2015 à 14h00 au Gymnase de St Anthème Démonstration de MOVE, ENERGY, WORK et WELLNESS avec le Comité Départemental FFEPGV 63

**** Dès le 2 Octobre 2015 pour les enfants et la Zumba et le 5 Octobre 2015 pour les adultes et les séniers.



Nouveauté : Venez faire du sport quand vous le voulez et surtout quand vous le pouvez **le Pass Gym'Ance** qui a valeur pour 10 séances de sport dans n'importe quelle section tout au long de l'année sportive est fait pour vous. Si cela vous plait vous pourrez avoir des séances supplémentaires.

Son Coût est de 45 € + licence FFEPGV de 25 € si vous ne l'avez pas déjà.

Tarifs saison 2015-2016

⇒ **Licence FFEPGV obligatoire** : 25€/an valable pour toute la saison et pour toutes les activités et pour le Pass

⇒ **Cours adultes** : 120 € à l'année Possibilités de paiements par mois ou trimestre.

⇒ **Cours enfants** : 30€/ trimestre

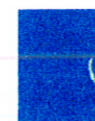
⇒ **ZUMBA** : 40€/trimestre ou 30€/trimestre pour les pratiquants autres sections

⇒ **Pass Gym'Ance** : 10 séances des sports quand vous voulez 45 €

⇒ **OPTION IA SPORT +** Assurance complémentaire de la MAIF à votre demande et à votre charge 11€/ saison

Agrements du Club pour les règlements : COUPON SPORT ou CHEQUES VACANCES ou convention avec la CAF + MSA pour les tickets loisirs Pensez à demander aussi à votre employeur ou votre comité d'entreprise si des prises en charges sont possibles.

Le bureau de Gym'Ance



Vallee de l'Ance



Gym'Ance Sport pour tous

D'Octobre 2015 à Juin 2016

Salle des sports de ST ANTHEME

« A chacun son sport, à chacun son rythme et sa section »

« Prendre soin de son capital santé, passer un très bon hiver et retrouver des amis.

VENEZ NOUS RENCONTRER :

⇒ **Le 12 septembre 2015 de 14h à 18h**

GYM TENDANCE ET GYM ENERGIE

Après midi gratuite organisée par le CODEP EPGV 63

CHOISISSEZ VOTRE COURS et VENEZ NOUS REJOINDRE à partir du **2 OCTOBRE 2015.**



santé
famille
retraite
services



A très bientôt Sportivement

Le bureau de Gym'Ance

GYM' SENIORS

Les lundis du 5 octobre Au 27 juin 2016

Propose des activités Physiques et sportives pour les séniors afin de rester actifs et mieux vieillir. Sportif ou non, apprendre à respecter son corps et adapter son activité physique et sportive pour garder un état de forme optimal, et son autonomie pour tous les gestes de la vie quotidienne et vos loisirs. Préserver sa mémoire et son équilibre.

Montant de l'entrée : 120 €/saison + 25 € licence FFEPGV

Lieu : Gymnase de Saint-Anthème **Heures** : **lundi de 18h30 à 19h30**

Tranches d'âges plus spécifiquement concernés : selon condition physique

POUR LES 3-6 ANS ZUMBA KIDS



Tous les vendredis à partir du 2 octobre 2015

(Hors vacances scolaires) Possibilités de saison complète jusqu'au 24 juin sous réserve des participants (minimum 10)

Idéal pour les plus jeunes fans de Zumba. Les enfants peuvent s'amuser entre amis et se défouler au rythme de leur musique préférée.

Montant de l'entrée : 90 € la saison + 25 € licence FFEPGV

Lieu : Gymnase de Saint-Anthème **Heures** : **vendredi de 17h à 17h45**

Tranches d'âges plus spécifiquement concernés : 3 à 6 ans

POUR LES 7-11 ANS ZUMBA KIDS JUNIOR



Tous les vendredis à partir du 2 octobre 2015

(Hors vacances scolaires) Possibilités de saison complète jusqu'au 24 juin sous réserve des participants (minimum 10)

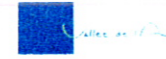
Montant de l'entrée : 90 € la saison + 25 € licence FFEPGV

Lieu : Gymnase de Saint-Anthème **Heures** : **vendredi de 18h à 19h**

Tranches d'âges plus spécifiquement concernés : 7 à 11 ans

Les cours Zumba® Kids et Zumba® Kids Junior sont des fêtes dansantes regorgeant d'énergie avec des mouvements adaptés aux enfants. Nous simplifions les pas, ajoutons des jeux des activités et des éléments d'exploration culturelle dans la structure du cours.

Cela permet de mener une vie saine et d'inciter les enfants à pratiquer des activités physiques sans effort en les rendant amusantes. Les cours comportent des éléments essentiels pour le développement des enfants, tels que l'autorité, le respect des autres, le travail en équipe, la confiance en soi, l'estime de soi, la mémoire, la créativité, la coordination, l'équilibre et les connaissances culturelles



BIENVENUE DANS VOTRE CLUB DE SPORT Gym'Ance St Anthème
Notre objectif pour cette saison :

- ☞ A chacun son cours et son rythme, pas de compétition
- ☞ entretenir son capital santé et optimiser sa condition physique
- ☞ retrouver vitalité, éliminer son stress et dynamiser son potentiel santé
- ☞ Pratique d'un sport dans le respect de la sécurité et dans la relation avec l'autre
- ☞ Créer un lien social entre les pratiquants.

ZUMBA ADULTES à partir de 15 ans



A partir du 2 Octobre 2015 Saison ZUMBA

Le vendredi de 19h30 à 20h 30 Gymnase de Saint Anthème

Inscription pour un trimestre 10 séances d'une heure : 40 euros, plus la licence pour l'année à 25 euros (Possibilité de bons CAF)

Dispensés par Anna-Maria VEYRET, Instructrice « Zumba »basic 1 et basic, Zumba Kids et Zumba Kids Junior

GYM' ADULTE

Tous les lundis du 5 octobre au 27 juin 2016

Entretenir son capital santé, optimiser sa condition physique par la pratique d'activités diversifiées et de loisirs sportifs non compétitifs. Retrouver vitalité et recherche du bien être, élimination du stress et de la fatigue et surtout relance de son potentiel santé dans une ambiance musicale.

Montant de l'entrée : 120 €/saison + 25 € licence FFEPGV

Lieu : Gymnase de Saint-Anthème **Heures** : **Lundi de 20h à 21h30**

Tranches d'âges plus spécifiquement concernés : A partir de 15 ans et selon condition physique