



Croque-Pirouette ✨ **Mini-Gym** ✨ **Gym Loisirs et Compétition** ✨ **Gym Performance**

INSCRIPTIONS SAISON 2023-2024

Chers parents,

Nous vous remercions de l'intérêt que vous portez à notre club et vous souhaitons la bienvenue. Vous trouvez ci-après la présentation de notre association et des différentes sections pour cette nouvelle saison sportive.

- Avec ses 400 adhérents, c'est d'abord une des plus grosses associations sportives de la région qui a su garder son esprit familial mais néanmoins sportif ;
- C'est un club de gymnastique ouvert à tous : Dès l'âge de 1 an jusqu'à 3 ans, l'enfant peut être accompagné par ses parents ou grands-parents dans le cadre de CROQUE PIROUETTE. C'est un moment de partage qui permet aussi de développer la motricité de l'enfant et favorise sa socialisation. Ensuite, les enfants peuvent continuer comme mini-gyms, découverte de la gymnastique sous forme de parcours. La section gym prend ensuite le relais dans de petits groupes de niveau et d'âge et permet de participer à leurs premières compétitions dès l'âge de 6 ans. Tous les niveaux, du débutant à la Championne de France, filles et garçons, cohabitent dans un esprit d'entraide et d'encouragement ;
- Club affilié FFG et FSCF, en constante progression ; une équipe en DN3 féminine FFG en 2019, en DN 5 féminine FFG en 2022, deux équipes 2e aux championnats de France FFG fédéral, des podiums aux championnats nationaux FSCF individuels et équipe, des qualifications en national A et B aux championnats de France Individuel FFG.



- C'est un spectacle commun de gymnastique qui a rassemblé en 2022 600 gymnastes et parents sur le thème des fêtes de fin d'année, avec de somptueux jeux de lumière ;



- C'est un club où les gymnastes de haut niveau trouveront un encadrement et une salle dédiés de grande qualité où tout sera possible, et aussi des stages interclubs, des stages fédéraux sur sélection...



- C'est une continuité de l'activité en extérieur et en visio en cas de fermeture des salles pour crise sanitaire ;



- Ce sont des moments de convivialité parents – enfants pour faire découvrir ce sport.

Nos SECTIONS GYM

SECTION CROQUE PIROUETTE : DE 12 MOIS À 3 ANS

Activité d'éveil « parent-enfant » : Des glissades, des échelles, des tunnels, ... pour développer chez votre enfant son aisance corporelle, sa prise de conscience des appuis, son tonus musculaire et sa coordination. Sous la forme de séances de 45 min, vous, parents, vous accompagnerez votre jeune enfant sur différents parcours. Le samedi matin de 9h30 à 10h15 à partir du 23 septembre.



SECTION MINI-GYM : NÉS EN 2018, 2019, 2020

Éveil psychomoteur et découverte des bases gymniques. Entraînements sous forme de parcours éducatifs sur les différents agrès par groupe d'année d'âge. Le samedi matin pour les filles et garçons nés en 2020 (10h30-11h15) à partir du 16 septembre 2023.

Le samedi matin pour les garçons et filles nés en 2019 (11h30-12h30). Le samedi après-midi pour les enfants nés en 2018 (15h30 - 16h30 : horaire à confirmer) à la salle Paul Dupont.

Le mercredi après-midi pour les filles et garçons nés en 2018 (16h-17h : horaire à confirmer) à partir du mercredi 20 septembre 2023 à la salle Paul Dupont.



SECTION GYMNIQUE LOISIRS ET COMPÉTITIONS

GARÇONS ET FILLES : NÉS EN 2017 ET AVANT

Du niveau débutant à confirmé, évolution et progression individuelle lors des entraînements adaptés à chacun. 1 à 2 entraînements de 1h30 à 2h chacun par semaine. Participation aux compétitions interne, inter-club et/ou FSCF. De 1 à 4 compétitions obligatoires dans l'année, sur appréciation de l'entraîneur. (Dates sur le site internet et tableau d'affichage dès début novembre).

→ Pour la section masculine : 2017 à 2009 (horaires et jours à confirmer)

1 ou 2 entraînements par semaine



→ Pour la section féminine, un entraînement de positionnement a lieu début septembre et nous permet d'établir des groupes d'âges et de niveau homogène. La samedi 16 septembre, les jours et heures d'entraînement de votre enfant seront publiés sur le site internet et le Facebook du club. (Possibilités d'entraînement le mercredi après-midi, vendredi soir et samedi matin ou après-midi sur proposition du club)

- Filles nées en 2013 et avant : entraînement de positionnement le lundi 11 septembre de 18h à 19h30.
- Filles nées de 2016 à 2014 ayant déjà pratiqué la gymnastique : entraînement de positionnement le mercredi 13 septembre de 14h à 15h30.
- Filles nées de 2016 à 2014 n'ayant jamais pratiqué la gymnastique et toutes les filles nées en 2017 : entraînement de positionnement le mercredi 13 septembre de 16h à 17h30.



SECTION PERFORMANCE : FILLES ET GARÇONS DE TOUS ÂGES

→ 8 à 12h d'entraînement par semaine, sur appréciation de l'entraîneur (sur proposition et accord du responsable de section au préalable).

→ 5 à 10 compétitions individuelles et équipe FSCF et/ou FFG à finalité régionale ou nationale .

Si votre enfant souhaite intégrer cette section, merci de vous rapprocher du responsable de section : Horaires personnalisés en accord avec les parents, entraîneurs et responsable de la section. Des tests seront possibles courant juin pour intégrer cette section.



Nos TARIFS 2023-2024

INSCRIPTION

SECTION
CROQUE-PIROUETTE

120€

SECTION
MINI-GYM

120€

SECTION GYM
LOISIRS ET
COMPETITION
FILLES ET GARCONS

190€

SECTION GYM
PERFORMANCE

240€

+ achat du justaucorps d'équipe obligatoire,
frais de déplacements et stages non compris

- ➔ La cotisation est à régler en 3 mensualités en ligne : juin, juillet et septembre.
- ➔ Une réduction de 15% est accordée à partir de 2 enfants sur chacune des cotisations avec le code « FRATRIE ».
- ➔ Si vous recevez un chèque « Pass'sport » de 50 euros, un remboursement sera effectué à partir d'octobre sur présentation du document.

POUR VOUS RÉINSCRIRE, VEUILLEZ SUIVRE LE LIEN ET LA PROCÉDURE ÉCRITE DANS LE MAIL.

- ➔ Pièces à fournir le jour du test de positionnement pour les filles ou au 1er entraînement pour les autres sections :
 - ◆ charte du gymnaste signée
 - ◆ Questionnaire de santé ou certificat médical si nécessaire

REGLEMENT INTERIEUR

A conserver par le gymnaste

Article 1

La participation des enfants aux manifestations du club est obligatoire à partir de 6 ans. (Spectacle gymnique, compétitions internes, compétitions FSCF). La compétition est le fruit du travail de votre enfant et de son entraîneur, elle est adaptée au niveau de chaque gymnaste, l'objectif est de le faire progresser, en faisant évaluer des mouvements gymniques devant un jury et non de le pénaliser.

Article 2

Les gymnastes doivent impérativement arriver à l'heure à l'entraînement. Cela fait partie du respect des entraîneurs bénévoles du club.

Article 3

L'association la St-Evrard accepte les enfants à partir de 1 an. Si l'effectif est trop important dans une section gymnique, l'enfant sera placé sur liste d'attente et vous serez contacté par le référent de section si une place se libère.

Article 4

La tenue vestimentaire pour les entraînements doit être adaptée à la pratique de la gymnastique : justaucorps, leggings ou short, tee-shirt. (pas de survêtement). Les montres, les bagues, les bijoux sont interdits et les cheveux longs correctement attachés.

Article 5

L'assiduité des gymnastes est impérative pour le bon déroulement des entraînements.

Toute absence prévisible devra être signalée à l'entraîneur par SMS.

Toute absence prolongée et non justifiée exclura l'enfant des entraînements et des compétitions.

Article 6

Les gymnastes doivent obéir et respecter les entraîneurs. Ces derniers se réservent le droit de prendre des sanctions jusqu'à exclure l'enfant des entraînements. Si vous avez des questions n'hésitez pas à les poser à l'entraîneur, au référent de section ou encore au responsable technique mais à la fin de l'entraînement. Il est demandé aux parents et au public de ne pas intervenir pendant les entraînements et de respecter la quiétude des gradins et la salle.

Article 7

Le montant de la cotisation annuelle inclut l'achat régulier de matériel gymnique, la formation continue des entraîneurs ; les frais administratifs (licence FSCF/FFG, affiliation, assurance, inscriptions aux compétitions).

Article 8

Il est demandé aux parents de déposer, reprendre son enfant à l'heure et d'attendre l'arrivée de l'entraîneur. Si vous ne venez pas chercher votre enfant vous-même, merci de nous indiquer avec qui ou comment votre enfant repartira.

Article 9

L'inscription implique la parution des enfants dans la presse, les infos clubs et sur internet. Tout refus doit être motivé par un courrier au président du club.

Article 10

Les parents ou responsables légaux autorisent les responsables de l'association à prendre toute décision concernant la sécurité et la santé de mon enfant en cas d'accident survenu lors d'un entraînement ou une compétition

Article 11

Les gymnastes adhérentes depuis plus de 1 année et âgée de 15 ans ou plus seront sollicitées pour aider à la vie du club (entraînement, jugement, aide aux manifestations).

Le non-respect de ce règlement pourra entraîner la non-réinscription du gymnaste la saison suivante.

La charte du gymnaste

Je suis gymnaste a CYSOING, Je m'engage...



à respecter les heures d'entraînement
(j'arrive 5 minutes avant pour débiter l'entraînement à l'heure)



à être assidu aux entraînements
(je signale toute absence à mon entraîneur par SMS)



à respecter le règlement intérieur de l'association (qui m'a été remis)



à respecter les entraîneurs, les juges, les bénévoles de l'association



à respecter le matériel, la fosse, le praticable de la salle
(Je range le matériel avant de quitter la salle)



à avoir une tenue vestimentaire adaptée et les cheveux attachés



à laisser les vestiaires et les sanitaires propres



à utiliser une gourde marquée à mon nom pendant l'entraînement et à la reprendre à la fin de l'entraînement



à faire preuve de dynamisme pendant l'entraînement et à respecter les consignes qui me seront données



à participer aux compétitions et au spectacle gymnique

Nom, Prénom :

Date de naissance :/...../.....

Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es une fille un garçon

Ton âge ans

Depuis l'année dernière,

- | | | |
|--|-----|-----|
| Es-tu allé(e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ? | OUI | NON |
| As-tu été opéré(e) ? | OUI | NON |
| As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ? | OUI | NON |
| As-tu beaucoup maigri ou grossi ? | OUI | NON |
| As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ? | OUI | NON |
| As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ? | OUI | NON |
| As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ? | OUI | NON |
| As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ? | OUI | NON |
| As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ? | OUI | NON |
| As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le coeur qui bat très vite) ? | OUI | NON |
| As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ? | OUI | NON |

Depuis un certain temps (plus de 2 semaines),

- | | | |
|---|-----|-----|
| Te sens-tu très fatigué(e) ? | OUI | NON |
| As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ? | OUI | NON |
| Sens-tu que tu as moins faim ? Que tu manges moins ? | OUI | NON |
| Te sens-tu triste ou inquiet ? | OUI | NON |
| Pleures-tu souvent ? | OUI | NON |
| Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ? | OUI | NON |



QUESTIONNAIRE SANTÉ

A IMPRIMER ET A REMPLIR

Aujourd'hui,

- Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ? OUI NON
- Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ? OUI NON
- Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ? OUI NON

Questions à faire remplir par tes parents,

- Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ? OUI NON
- Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ? OUI NON
- Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.) OUI NON

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, l'enfant doit consulter un médecin pour qu'il l'examine et voit avec lui quels sports lui conviennent. Au moment de la visite, remettez-lui ce questionnaire rempli. Il est nécessaire d'obtenir un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de la gymnastique datant de moins de 6 mois.

Si vous avez répondu NON à toutes les questions : vous n'avez pas de nouveau certificat médical à fournir. Compléter et signer l'attestation ci-dessous et fournissez-la sans le questionnaire (que vous conservez)



INSCRIPTION 2023-2024

AIMPRIMERETA SIGNER

Je soussigné, responsable légal,

- atteste sur l'honneur de réponses négatives à toutes les questions du questionnaire santé (Je ne fournis pas de CM).
- m'engage à fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la gymnastique pour mon enfant.
- ✓ déclare avoir pris connaissance du règlement intérieur ;
- ✓ autorise les responsables de l'association à prendre toute décision concernant la sécurité et la santé de mon enfant en cas d'accident survenu lors d'un entraînement ou une compétition ;
- ✓ déclare consentir au droit à l'image et être informé que l'inscription implique la parution des enfants dans la presse, les infos clubs et sur internet ;
- ✓ m'engage à lire régulièrement les informations à l'entrée de la salle Pierre De Coubertin, reçues par mail, publiées sur Facebook et sur le site internet du club. Je peux aussi m'informer auprès des entraîneurs à la fin de l'entraînement et par SMS.

Signature des parents :

NOM ET PRÉNOM DU GYMNASTE :

- ✓ m'engage à respecter la charte du gymnaste pour la saison 2023-2024.

Signature de l'enfant :

