

**Croque-Pirouette**

**Mini-Gym**

**Gym Loisirs et Compétition**

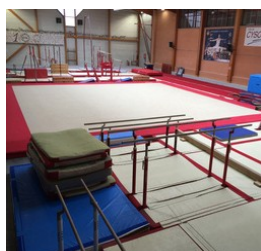
**Gym Performance**

## INSCRIPTIONS SAISON 2024-2025

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 DN 5 féminine FFG en 2022, une équipe 2e aux championnats de France FFG fédéral 2024, une équipe championne de France catégorie F en 2023, des podiums aux championnats nationaux FSCF individuels 2024, des qualifications en national A et B aux championnats de France Individuel FFG 2024.
- C'est un spectacle commun de gymnastique qui a rassemblé en 2023 600 gymnastes et parents sur le thème des jeux olympiques, avec de somptueux jeux de lumière ;



- C'est 2 salles d'entraînements : la salle spécifique Pierre de Coubertin dédiée à la section performance et compétition, La salle Paul Dupont, parfaitement adaptée à la pratique loisirs.



- 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 20 septembre.



### SECTION MINI-GYM : NÉS EN 2019, 2020, 2021

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 2021 (10h30-11h15) à partir du 14 septembre 2024.

Le samedi matin pour les garçons et filles nés en 2020 (11h30-12h30).

Le samedi après-midi pour les enfants nés en 2019 (15h30 – 16h30) à la salle Paul Dupont

Le mercredi après-midi pour les filles et garçons nés en 2019 (16h-17h) à partir du mercredi 18 septembre 2024 (horaires à confirmer).

### SECTION GYMNIQUE LOISIRS

#### GARÇONS ET FILLES : NÉS EN 2018 ET AVANT

Du niveau débutant à confirmé, ouvert à tous, entraînements adaptés à chacun et sur les agrès. 1 entraînement de 1h30 chacun par semaine. Participation aux compétitions interne, inter-club, au spectacle gymnique

→ Pour la section masculine : 2018 à 2013 1 entraînement :  
le mercredi de 15h30 à 17h dans le groupe loisirs 2 pour les 2018/2017/2016

le samedi de 13h30 à 15h dans le groupe loisir 8 pour 2015/2014/2013



Pour la section féminine, gymnastes nées en 2018 et avant, 1 entraînement d'1h30 par semaine dans la salle Paul Dupont. Horaires selon les années d'âge à consulter dans le tableau

lundi	mercredi	vendredi	samedi
	Loisir 1 Gymnastes nées en 2015/2014 15h30-17h Loisir 2 et loisir 3 Gymnastes nées en 2018/2017/2016 15h30/17h	Loisir 4 et loisir 5 Gymnastes nées en 2014/2013/2012 17h30/18h	Loisir 6 et loisir 7 Gymnastes nées en 2018/2017/2016 11h/12h30  Loisir 8 et 9 Gymnastes nées en 2015/2014/2013 13h30/15h

Pour les filles gymnastes souhaitant s'entraîner plus d'une fois par semaine, il existe la section compétition, accessible après un test.

## SECTION GYMNIQUE COMPÉTITIONS GARÇONS ET FILLES : NÉS EN 2018 ET AVANT

Du niveau débutant à confirmé, évolution et progression individuelle lors des entraînements adaptés à chacun. 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 les gymnastes appartenant déjà au club, la section compétition est accessible sous réserve de l'accord des entraîneurs : merci de vous rapprocher de l'entraîneur pour connaître la section à sélectionner lors de l'inscription : loisir ou compétition dans laquelle vous devez inscrire votre enfant ainsi que groupe.
- les horaires sont susceptibles d'être modifiés selon les emplois du temps de nos bénévoles

Compétition 1	Compétition 2	Compétition 3	Compétition 4	Compétition 5	Compétition 6
Gymnastes nées en 2017-2018	Gymnastes nées en 2017-2016	Gymnastes nées en 2015-2016	Gymnastes nées en 2014—2013-2012	Gymnastes nées en 2013-2012-2011-2010	Gymnastes nées en 2010 et avant
Mercredi : 15h-17h	Mercredi : 15h-17h	2 <sup>e</sup> entraînement à définir	Jeudi 17h30-19h30	Lundi 17h45-19h45	Mercredi 18h15 – 20h15 Vendredi 19h30-21h30 Dimanche 17h30-19h30
Samedi 9h15-11h	Vendredi 17h30-19h30	Samedi 9h15-11h	Samedi 9h15-11h	Mercredi 13h45-15h45	

- Pour les nouvelles gymnastes nées en de 2017 à 2015, et toutes les gymnastes de 2018 (ayant fait ou non de la mini gym), un entraînement de positionnement aura lieu le mercredi 13 septembre de 15h à 16h30 et permettra d'établir des groupes d'âges et de niveau homogène (loisirs ou compétitions)
- La samedi 16 septembre, les jours et heures d'entraînement de votre enfant seront publiés sur le site internet et le Facebook du club.
- les possibilités d'entraînements sont visualisables dans les tableaux ci-joint.



◆  
◆

## 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 2024 - 2025

	Cotisation	Divers
Section croque pirouette	130€	
Section mini-gym	140	
Section loisirs	190€	
Section compétition filles et garçons nés de 2018 à 2011 et filles de 2010 et avant investis dans l'entraînement ou jugement	240€	Achat du justaucorps de club obligatoire pour les gymnastes nées en 2014 et avant 100€
Section performance	260€	Achat du justaucorps de club obligatoire pour les gymnastes nées en 2017 et avant 100€

- La cotisation est à régler en 3 mensualités en ligne : juin, juillet et septembre.
- Une réduction de 15% est accordé à partir de 2 enfants sur chacune des cotisations avec le code « FRATRIE » ( Il ne sera pas possible d'obtenir cette réduction en cas d'oubli au moment de l'inscription)
- 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 HELLO- ASSO envoyé par WHATSAPP

- 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) pour bénéficier d'une cotisation réduite.

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)



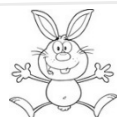
à avoir une tenue vestimentaire adaptée et les cheveux attachés



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 2024-2025

A IMPRIMER ET A 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 2024-2025.

Signature de l'enfant :