

## Entraînements et tarifs

Groupes	Catégories	Nées en	Tarifs/année (Part fixe+ Part fractionnée)	Lieux jours et horaires d'entraînement (Prévisionnels)
Ecole de Gymnastique Rythmique	Eveils Gymniques	2016 (débutantes) 2017 (2018 sur essai)	50+90 €	Mercredi 14h à 15h Mezzanine du GES
	Coupes Formations 1	2015 2016 (non débutantes)	50+100 €	Mercredi 15h à 16h30 Mezzanine du GES
	ACCESS 1	2013 et 2014		Mercredi 16h30 à 18h15 Mezzanine du GES
	ACCESS 2	2012 et avant		Jeudi 17h45 à 19h30 Salle B Omnisport
	Coupes Formations 2, 3, 4	2013 à 2016 (sur décision des entraîneurs)	50+120 €	Informations portées à l'affichage au GES et sur le site de l'association à partir de septembre 2021
Trophée Interrégional, Trophée Fédéral A, B, C	2012 et avant (sur décision des entraîneurs)			
Compétition		Nationales	50+155 €	
	2 saisons compétitives (individuelles + ensembles)			

### Tarifs spéciaux

- Pour les familles ayant **plusieurs membres inscrits** : 20€ à déduire du coût total de la part fractionnée pour 2 personnes, 40 € à déduire du coût total de la part fractionnée pour 3. Attention : afin de faciliter la constitution des dossiers, merci de faire des règlements séparés pour chaque inscription.
- A la demande, une **attestation** pourra être réalisée pour la prise en charge totale ou partielle de l'inscription par votre CAF, CE...
- Chèques vacances et chèques coupons sports ANCV acceptés. Tous les chèques seront libellés à l'ordre de l'Avenir Gymnique Lédonien.
- Le Pass'Sport est accepté



# Avenir Gymnique Lédonien

## Lons le Saunier



Inscriptions sur notre site  
[www.aglons39.com](http://www.aglons39.com)

Pour tous renseignements :

Tél : 09 53 27 32 79

E-mail : [agl-lons-le-saunier.39@ffgym.com](mailto:agl-lons-le-saunier.39@ffgym.com)

Page Facebook : Avenir Gymnique Lédonien

## Gymnastique Rythmique

(Formation, compétition dès 6 ans)

## Eveil gymnique

(Développement moteur, dès 4 ans)



REGION  
BOURGOGNE  
FRANCHE  
COMTE

Jura  
LE DÉPARTEMENT



ECLA  
Espace Communautaire Lons Agglomération



ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT

# Bienvenue à toutes et à tous

## Modalités d'inscription

L'inscription se fait via la page internet du club <https://www.aglons39.com/adhesion>

Sont à télécharger les documents suivants :

- **1 photo d'identité récente.**
- le **certificat médical** ☞ pour les gymnastes majeures pour une 1<sup>ère</sup> inscription au club  
☞ pour les gymnastes engagées en niveau National quel que soit l'âge.

Pour valider l'inscription, seront à fournir dans les 15 jours, les documents suivants :

- **l'attestation du questionnaire de santé** rempli lors de l'inscription sur le site
- le **règlement de la cotisation annuelle** (voir encart COTISATION)
- **2 chèques correspondants à la location et au dépôt de garantie du justaucorps.** La location est encaissée en janvier 2022 (uniquement pour les sections évoluant en compétition).
- les documents justificatifs pour bénéficier des aides : pass sport, CAF, coupon sport, ...

**Attention : Pour des raisons d'assurance, le (la) participant (e) qui n'aura pas transmis son dossier complet aux dates indiquées, ne pourra être accepté (e) à l'entraînement.**

## COTISATION

La cotisation se décompose en 2 parties à régler pour valider l'inscription :

- ☞ **part fixe** : 50 euros.
- ☞ **part fractionnée** : le montant varie selon la catégorie. Il est à régler en septembre en totalité avec 3 chèques à part égale, qui seront encaissés en septembre, janvier, avril.

Suite à la décision du Comité Directeur, les gymnastes inscrites sur la saison 2020-2021 et à jour de leur cotisation 2020-2021, qui se réinscrivent, ne règlent que la part fixe pour la saison 2021-2022.

## Reprise des entraînements

- **Lundi 6 septembre 2021** pour les **individuelles** GR, et selon planning communiqué.
- **Lundi 13 septembre 2021** pour toutes les **autres catégories** GR, CF, Eveil, Access (Planning porté à l'affichage au GES et sur le site de l'association.)



## Stages vacances

Pour les gymnastes évoluant en compétition, merci de réserver vos vacances en fonction des **stages club** :

- **Noël** : Indiv qualifiées au France + Nationales
- **Toussaint, Février et Pâques** : 1<sup>ère</sup> ou 2<sup>ème</sup> semaine (en fonction des ensembles, infos données début octobre)
- **Stages régionaux** : dates communiquées ultérieurement.

## Info pratique / transport compétitions

Dans le cas de **déplacements** (compétitions, stages...), il peut être demandé **aux parents d'assurer le transport des gymnastes** (sauf hors inter-département Franche Comté).

Le club indemnise chaque chauffeur des frais occasionnés dès que 2 gymnastes au moins, sont transportées dans le véhicule. L'indemnisation s'effectue sur présentation d'une fiche de frais complétée (modèle à télécharger sur le site du club) à remettre au secrétariat dans la semaine suivant le déplacement.

Comme le permet la loi fiscale, l'indemnisation pourra être réalisée en chèque sur la base de 0,11 € par kilomètre parcouru (référence Michelin) ou sous forme de dons aux associations. Ce dernier choix permet au chauffeur de bénéficier d'une réduction d'impôt. D'avance le comité directeur et toutes les gymnastes vous remercient de votre soutien.

Par ailleurs, **une participation financière est demandée** aux parents en cas de déplacements (hors inter-département FC) organisés par le club (transport et hébergement) lors des compétitions (cf règlement intérieur).

**Une réunion d'information** sera mise en place à la rentrée, la date sera communiquée très rapidement. Vous pourrez rencontrer l'équipe encadrante, échanger avec les autres membres, mieux comprendre les objectifs et la philosophie de notre association...

## Tenues des gymnastes

### Compétitions et gala annuel :

**Le justaucorps** est la tenue officielle en gymnastique rythmique (compétitions, gala...). Il est donc obligatoire pour tous les groupes et équipes évoluant en compétition. Le justaucorps du club vous sera distribué en janvier 2022, afin de permettre à chaque gymnaste de posséder le même lors des compétitions et/ou gala. Une location et un dépôt de garantie sont demandés à l'inscription (pour information, certains justaucorps ont une valeur de plus de 200€) :

	Garantie	Location
CF 2, 3	50 €	30 €
Nationale et Trophée fédéral	100 €	55 €

**Le matériel de coiffure** (brosses, filets, pinces, laque ...) **et le maquillage** (y compris lingettes démaquillantes, mouchoirs en papier, ...) **ne sont pas fournis par le club**. Merci de prévoir et de vérifier votre nécessaire lors des différents championnats.

### Entraînements :

Pour les entraînements, la gymnaste doit se sentir à l'aise dans sa tenue. Cependant des vêtements près du corps sont préférables de façon à pouvoir corriger le placement. Nous vous conseillons :

- Un collant de gymnastique sans pieds, un legging ou un short, de préférence noir (souvent utilisé au gala). **Le pantalon de jogging ne sera pas accepté aux entraînements.**
- Un débardeur et/ou une brassière (pour l'hiver : pull, jambières, ceinture...).
- Des chaussettes de sport ou demi pointes de gymnastique pour les compétitions (pas de ballerines à grosses semelles plastiques).
- Coiffure soignée (**cheveux attachés**). **Obligatoire** à tous les entraînements.

Merci de prendre conseil auprès des entraîneurs si vous souhaitez acquérir du matériel (engins, 1/2 pointes...) de façon à ce qu'il soit adapté (âge, taille, prix, normes, solidité...)

### Veste et tee-shirt du club :

Il vous sera possible d'acquérir, au cours de la saison, la veste et le débardeur du club (neuf ou occasion). S'adresser à la boutique qui s'installera aux compétitions organisées par l'association.

### Entraînements

Il est rappelé aux parents venant chercher leurs enfants que **les chaussures de ville sont interdites** sur les surfaces sportives dans toutes les salles.

**La présence des familles n'est pas souhaitée pendant les entraînements**, et tout particulièrement pour les jeunes catégories. A la mezzanine du GES, les enfants seront attendus au bas des escaliers.

Pour tous les groupes, merci de bien vouloir prévenir les encadrants en cas d'absence à l'entraînement.

C'est avec plaisir que les entraîneurs et les gymnastes accepteront votre aide pour la mise en place des moquettes au début et à la fin des entraînements.

### Compétitions

Les compétitions d'ensembles ou d'équipes nécessitent la participation de la gymnaste à l'ensemble des sélections départementales, régionales ou plus si qualification. Pour ne pas pénaliser les autres gymnastes, il est demandé aux parents de **s'engager** dès le début de saison en autorisant (ou non) les compétitions pour leur enfant. Le calendrier sera fourni dès que possible. En cas de problème sur une date, nous vous remercions de **prévenir les entraîneurs le plus rapidement possible**. La réussite en compétition est, entre autres, une question de mémorisation et de synchronisation, **il est donc impératif que les gymnastes assistent à tous les entraînements**.