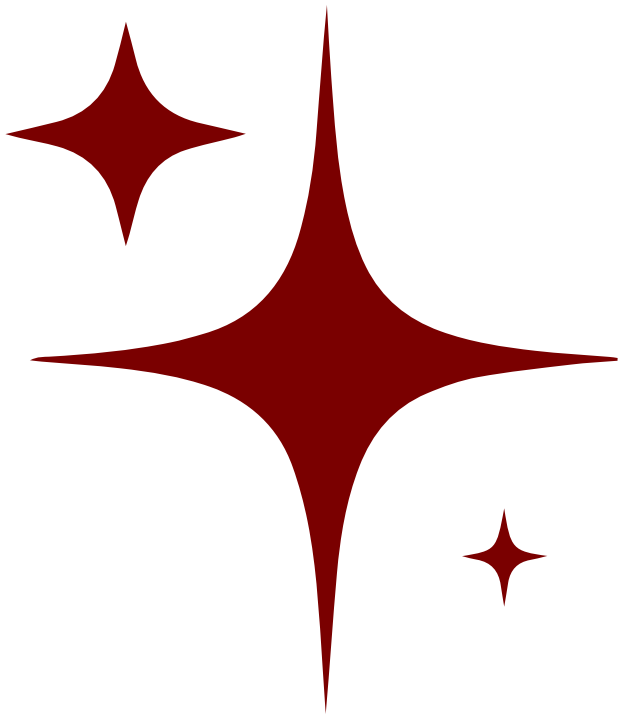




FOLDER INFOS



CONTACT

+32475514156



www.gymnasia.be



Auderghem - Saint-Gilles



gymnasia@live.be



Welcome

Chers parents,

Bienvenue au sein de notre club Gymnasia, et merci pour votre confiance. Nous espérons que votre fille prendra beaucoup de plaisir à pratiquer la gymnastique dans notre structure.

Nous vous invitons à prendre connaissance du **règlement d'ordre intérieur** en dernière page et comptons sur votre collaboration pour qu'il soit respecté.

Nous insistons particulièrement sur **la ponctualité** concernant les heures d'arrivée et de départ des enfants, en fonction de leur horaire d'entraînement.

Aucune garderie n'est prévue avant ou après les cours.

En cas de question ou de problème, n'hésitez pas à nous contacter au 0475/51.41.56.

Les cours n'ont pas lieu durant les **congés scolaires francophones**. Vous pouvez consulter le calendrier des congés à l'intérieur de ce folder.

Les cotisations doivent impérativement être réglées avant le 30 octobre. Passé ce délai, nous nous réservons le droit d'interdire à la gymnaste l'accès aux entraînements.

Nous demandons aux parents de prévoir **une gourde d'eau** personnelle et de veiller à ce que leur fille arrive en tunique de gymnastique pour les entraînements.

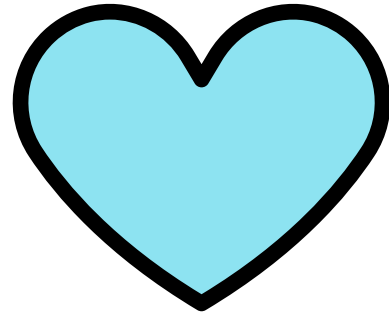
Les filles inscrites en compétition devront acquérir l'équipement complet du club pour pouvoir participer aux championnats.

Sportivement,
Le Comité

Equipe

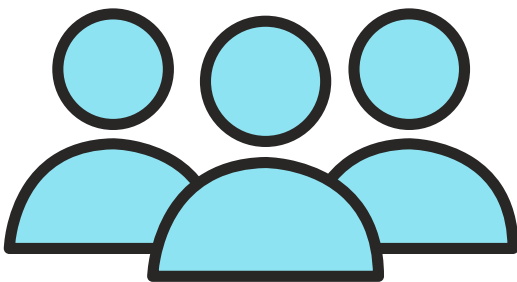
Coachs compétition

**Afellad Yasmine
De Decker Eva
Verhelst Aurore
Biren Tim**



Coachs Initiation

**Campos Giancarla
Urena Benji
Biren Tim
Sekik Mohamed
Atanga Yannick
Meunier Nelly
Hevia Garcia Manon
Afellad Yasmine
Mathon Shana**



Informations importantes



Stages

Nos stages se font durant les congés scolaires francophones de 16h30 à 19h30 sur Auderghem dans la salle G1. Infos via notre plateforme Iclub ou via le site internet.

Attestations



Vous pouvez télécharger vos attestations (stage, fréquentation, mutuelle) via votre compte ICLUB. Il vous suffit d'aller dans le Menu Financier-Attestation (Liste déroulante pour les mutuelles). Nous ne délivrons pas d'attestation fiscale.



Equipement

Les gymnastes doivent porter une tunique de gymnastique au choix, pieds nus avec ou sans short. Elles doivent également apporter une gourde personnalisée avec de l'eau et avoir les cheveux attachés.

Presence parents



Les parents ne peuvent pas rester durant l'entraînement. Nous souhaitons que les enfants puissent s'épanouir tranquillement dans nos cours sans pression. Nous organiserons des semaines portes ouvertes en fin d'année.



Payement

Le solde restant dû doit être payé avant le 30/10/25 par virement avec la communication structurée de votre fille qui est reprise dans votre mail de confirmation d'inscription.



0475/51.41.56



gymnasia@live.be



CONGES SCOLAIRES

LUNDI 14 SEPTEMBRE	RENTREE GYMNIQUE
DIMANCHE 27 SEPTEMBRE	FETE DE LA COMMUNAUTE FRANCAISE
DU 17 OCTOBRE AU 1 NOVEMBRE	CONGES D'AUTOMNE (TOUSSAINT)
MERCREDI 11 NOVEMBRE	ARMISTICE
DU 19 DECEMBRE AU 3 JANVIER	CONGES D'HIVER
MARDI 9 FEVRIER	MARDI GRAS
DU 20 FEVRIER AU 7 MARS	CONGES DE DETENTE (CARNAVAL)
LUNDI 29 MARS	LUNDI DE PAQUES
DU 24 AVRIL AU 9 MAI	CONGES DE PRINTEMPS (PAQUES)
JEUDI 6 MAI	ASCENSION
LUNDI 17 MAI	PENTECOTE
SAMEDI 29 MAI	FIN DES COURS LOISIRS
MERCREDI 24 JUIN	FIN DES COURS COMPETITION



A PRÉVOIR

P O U R L ' E N T R A I N E M E N T

Ma tunique



Tunique longues
ou courtes
manches
au choix

Ma gourde



Une gourde
personnalisée
avec de l'eau
à poser dans la
salle

Ma coiffure



J'attache mes
cheveux avec
un elastique
et des pinces.

Mon sourire



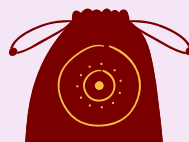
Je prends
plaisir et je
suis gentille
avec les autres
filles du club

Survêtement



Un pull et un
legging s'il fait
froid dehors

Maniques



Uniquement
pour les filles
de compétition
sur Auderghem

NOS STAGES

Inscriptions via Iclub

- 01** **Toussaint**
Du 26 au 30 octobre
17h00 à 19h00
Salle G1 - Auderghem

→ 
- 02** **Nouvel an**
Du 28 au 30 décembre
17h00 à 19h00
Salle G1 - Auderghem

→ 
- 03** **Carnaval**
Du 1 au 5 mars
17h00 à 19h00
Salle G1 - Auderghem

→ 
- 04** **Pâques**
Du 3 au 7 mai
17h00 à 19h00
Salle G1 - Auderghem

→ 



Les stages se déroulent sous forme de séances d'entraînements en soirée de 17h00 à 19h00 dans la grande salle G1 d'Auderghem. Ces stages s'adressent aux filles de tout niveau entre 6 et 16 ans. Les inscriptions se font via votre compte ICLUB (10 euros / séance).

Cotisations

Annuelles

Saint - Gilles

1 cours par semaine
2 cours par semaine
3 cours par semaine

Prix

500 €
800 €
1000 €

Auderghem

1 cours par semaine
2 cours par semaine
3 cours par semaine

Prix

600 €
900 €
1200 €

Payement par virement

BE62 0016 7852 3261

Les cotisations doivent être réglées
entièrement avant le 30-10-26

Competitions



Division 3

Brabant (Gymphénix)
20-21/03 (NAG)

Division 4

Brabant (Venus)
13-14/03 (Nivelloise)

Jeune B

3-4 avril (Tempogym)

Papillon

29-30/05 (Forestoise)

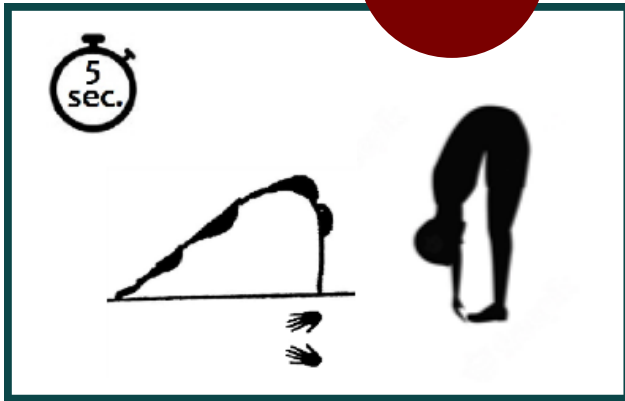


Des changements dans les dates peuvent survenir au cours de la saison. Vous serez évidemment avertis si tel est le cas. L'ensemble des informations relatives aux compétitions (horaires, adresse, etc.) seront transmises 2 semaines avant l'événement.

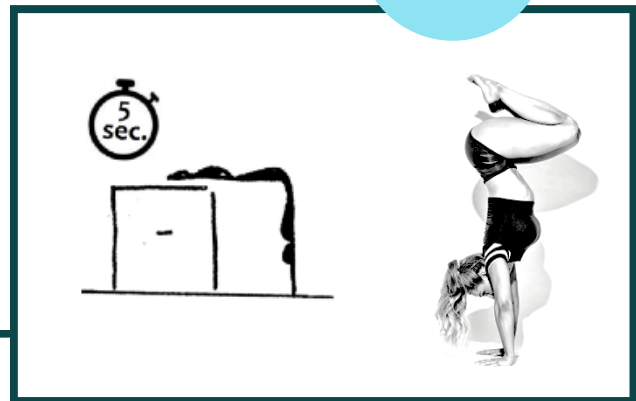
EXERCICES

A faire à la maison

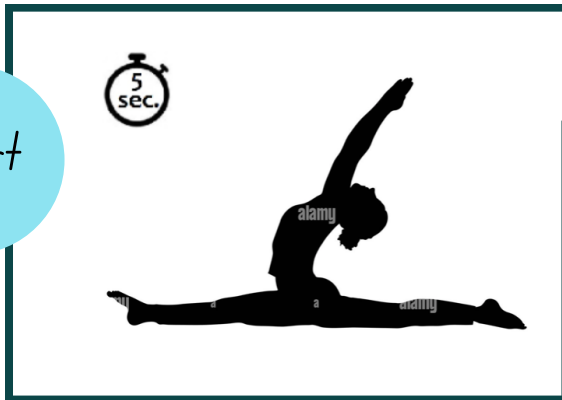
Souplesse



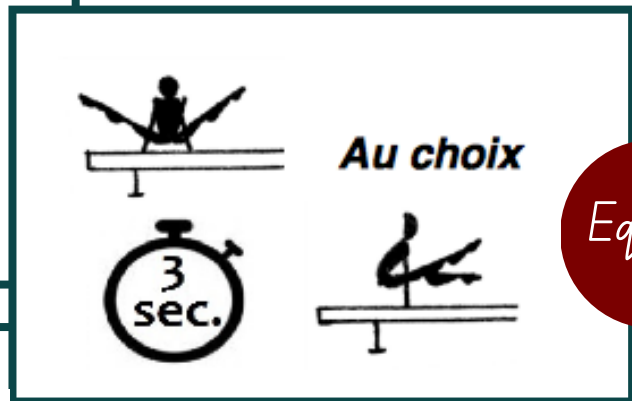
Alignement



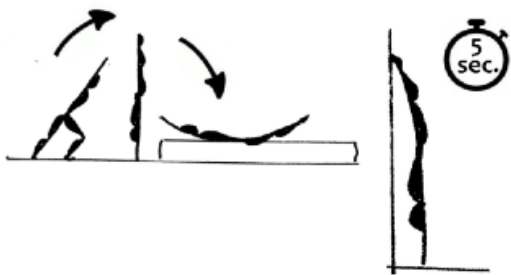
Ecart



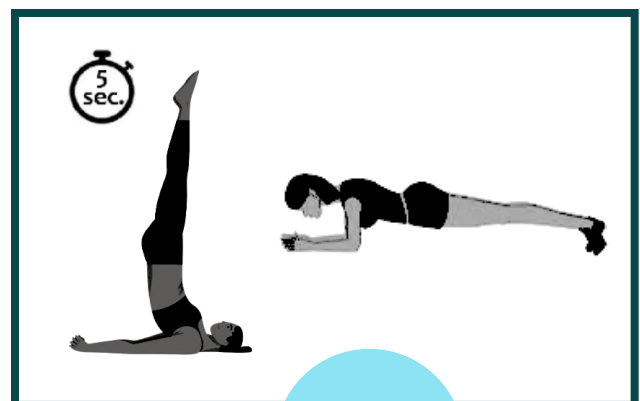
Au choix



Equerre



ATR



Gainage



PORTES OUVERTES

C'est l'occasion de venir admirer les prouesses de votre fille et de prendre quelques photos ou vidéos. (Pas de publication sur les réseaux sociaux).
Tous les parents peuvent venir voir les cours durant les portes ouvertes.
Maximum 2 adultes par enfant.

DU 12 AU 18 DÉCEMBRE
DU 22 AU 28 MAI



**AUDERGHEM
SAINT-GILLES**

Reglement d'ordre interieur

Article 1 : L'honnêteté est toujours payante

La cotisation doit être payée (acompte) pour valider l'inscription sur le compte BE62 001678523261 avec la communication structurée ou en ligne via le compte Iclub. L'entièreté de la cotisation doit être réglée avant le 31/10 /26.

Article 2 : Mens sana in corpore sano

À tout moment, le club devra être tenu informé par les parents des problèmes médicaux affectant votre fille. Les gymnastes de D2 doivent remettre un CM FFG signé par un médecin sportif.

Article 3 : La ponctualité est la politesse des rois

Toutes les gymnastes de compétition s'engagent à participer à tous les entraînements et toutes les compétitions auxquels elles sont conviées. Une absence lors d'un championnat doit toujours être justifiée par un certificat médical. La participation aux entraînements requiert le respect des exigences suivantes:

- Les filles doivent se présenter munie d'une tunique de gymnastique
- Les gymnastes doivent se présenter pieds nus. Les gymnastes doivent observer les principes d'hygiène fondamentaux qui leur seront dictés par leur entraîneur. En outre, chaque gymnaste est tenu d'attacher ses cheveux s'ils sont longs et de présenter des ongles coupés. Les gymnastes laisseront leurs bijoux et montre à la maison.

Le non-respect des règles ci-avant édictées peut justifier une interdiction de participer à l'entraînement. Toutes les gymnastes sélectionnées pour participer à une compétition sont tenues de représenter le club et d'acheter l'équipement complet.

Article 4 : Cher matériel, je te respecte

Il est important de ne provoquer volontairement aucun dégât au matériel mis à la disposition des gymnastes. Toute violation à cette règle sera intégralement mise à charge du responsable de la dégradation.

Article 5 : Ces interdits qui nous facilitent l'existence

Il est fondamentalement interdit :

- d'apporter son GSM allumé dans la salle
- de pénétrer dans la salle autrement qu'en chaussons ou pieds nus
- d'avoir accès aux engins en dehors de la surveillance d'un entraîneur
- d'accéder aux installations réservées aux entraîneurs
- Aux tiers, d'interférer dans les cours donnés et décisions prises par les entraîneurs
- de consommer boissons et nourriture dans la salle ; seules les bouteilles d'eau y sont autorisées.
- Pour les enfants mineurs, de quitter la salle sans l'accord formel de l'entraîneur ou sans être accompagné
- Aux parents de rentrer dans la salle de gymnastique

Article 6 : De la responsabilité de chacun

Le club décline toute responsabilité du chef de vol, de quelque nature qu'il soit, qui pourrait se produire au cours ou à l'occasion des activités organisées par le club.