

## POUR VOUS INSCRIRE :

Les lundis et mercredis du 7 au 23 septembre 2020

De 18 à 19H30

Gymnase Marcel David Rue Docteur Valois

Echirolles Quartier Ouest

Tél : 04 76 09 75 31

**Seuls les dossiers complets seront acceptés pour valider l'inscription.**

**Tous les documents sont disponibles sur notre site [alegym.fr](http://alegym.fr)**

- 1 • Le certificat médical Ufolep fourni par le club  
**Obligatoire** pour tous : compétition et loisir Cocher gymnastique artistique. Tout autre certificat sera refusé  
Si vous avez fourni un certificat à l'ale gym en 2019 le questionnaire de sante « QS-SPORT » suffit.
- 2 • La fiche d'inscription remplie et signée.
- 3 • acceptation du règlement intérieur 2 exemplaires, si parents séparés.
- 4 • document de décharge de responsabilité remplie 2 exemplaires, si parents séparés.
- 5 • La fiche médicale remplie et signée
- 6 • 1 photo **d'identité** de l'année obligatoire pour tous (inscrire le nom au dos)
- 7 • 3 enveloppes timbrées (autocollantes) à l'adresse du responsable de l'enfant (préciser le nom de l'enfant si le nom est différent)  
△ Si parents séparés 3 autres enveloppes au nom du 2<sup>ème</sup> parent.
- 8 • Le carnet de santé pour remplir la fiche médicale.
- 9 • Le règlement de l'adhésion.  
→ Ajouter 20 € si vous n'êtes pas résident à Echirolles  
→ Possibilité de faire 3 chèques. Paiement en liquide, totalité de la somme  
→ Nous acceptons les chéquiers jeunes Isère et la carte pass'région.
- 10 • Le règlement de la caution « bénévolat » de 15€
- 11 • La fiche d'aide que vous pouvez nous apporter  
▶ **GYM Adulte** : fiche inscription et certificat médical.



**Saison 2020-2021**

**ALE GYM**

**Gymnase Marcel David**

**Rue du Docteur Valois**

**38130 Echirolles**

### **JOURNEES PORTES OUVERTES (SUR RESERVATION SUR NOTRE SITE)**

Réservez votre créneau, venez en tenue sportive, et participez à la première séance.

#### **Mercredis 09 et 16 septembre**

**Gymnastique aux agrès** : enfants nés de 2014 à 2010,

2 créneaux possibles : **13h15-14h00** et **14h45-15h30**

**Graine de gym** : enfants nés en 2016 et 2015 : **16h30-17h15**

#### **Jeudi 10 septembre**

**Gym loisir** : pour jeunes de 2009-2008-2007-2006...

2 créneaux possibles : **18h00-18h45** et **19h30-20h15**

#### **Mardi 15 septembre**

**Gym adulte** : Cardio, renforcement musculaire, étirements

Cours adaptés individualisés au rythme de chacun **20h15-21h15**

**Contact:** [entraîneur.ale.gym@gmail.com](mailto:entraîneur.ale.gym@gmail.com)

**Telephone** **04.76.09.75.31**

**Site club:** <http://alegym.fr>

## COMPETITION Tarif: 210€ \*

Au moins un an de gym

Tenue club obligatoire: justaucorps 75€

3 fois par semaine + possibilité de stage pendant les vacances  
Avec 5 compétitions maximum

2012-2011  
2010-2009  
2008-2007  
2006-2005  
Et avant...

*Horaires d'entraînement :*

-  
-  
-

## PRE-COMPETITION 1<sup>ère</sup> année de compétition Tarif: 210€ \*

Tenue club obligatoire : justaucorps 75€

2014 à 2010

2 fois par semaine avec possibilité de stage pendant les vacances. De 2 à 3 compétitions.

*Horaires d'entraînement :*

-  
-

## ADO-COMPETITION Tarif : 210€ \*

Débutantes ou nouvelles, collégiennes et lycéennes

Tenue club obligatoire : justaucorps 75€

2009 et avant

proposition à discuter avec l'entraîneur.

### Début des entrainements

Anciennes gym 3 fois par semaine : semaine du 07/09/20

Jours et horaires à confirmer seulement si inscription validée le lundi 07 à la permanence d'inscription

Nouvelles inscrites + loisirs + 2 fois par semaine : semaine du 14/09/20

Ajouter 20€ pour les non-résidents sur la commune d'Echirolles

## GRAINE DE GYM, LOISIR GYM Tarif : 190€ \*

Tenue club obligatoire : Tee-shirt 8€

2016-2015

1 fois par semaine : Graine de gym  
Mercredi 16h30 à 17h30

2014-2013-2012

1 fois par semaine : Loisir gym 1  
(Petites loisir)

Mercredi 13h15 à 14h30

2011-2010

1 fois par semaine : Loisir gym 2  
(Petites loisir)

Mardi 19h à 20h15

Garçons 2014-  
2013-2012

1 fois par semaine : Loisir gym et  
possibilité de 1 à 3 compétitions.

2009 et avant

1 fois par semaine : Loisir Gym et  
trampoline. Ado loisir

Jeudi 19h - 20h30

## GYM ADULTE Tarif : 90 € à l'année

**Si 10 personnes inscrites**

Cardio, renforcement musculaire, étirements  
Cours adapté et personnalisé à chacun son rythme

1 fois par semaine

Mardi 20h15-21h15

Première séance : mardi 15 septembre 2020