

ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE, RYTHMIQUE (filles, garçons et adultes)

TRAMPOLINE, TUMBLING, « CHEERLEADING », CIRQUE, CORDE À SAUTER ACROBATIQUE

RENSEIGNEMENTS : École Les Dynamix, 450-929-2442 – SITE INTERNET : www.ecoledynamix.com

Cette discipline développe essentiellement la coordination, la motricité, la souplesse, la force, l'équilibre et la puissance.

Inscriptions : **En ligne à partir du 12 août à 9h (anciens membres)** Numéro de carte loisirs exigée pour Varennes

En ligne à partir du 14 août à 9h (nouveaux membres) Numéro de carte loisirs exigée pour Varennes

Païement : Païement en ligne, en personne (en espèce) ou par la poste par chèque à l'ordre de l'École Les Dynamix

Gymnastique : Exercices au sol et aux appareils (table de saut, barres asymétriques, poutre, sol, barres parallèles, cheval d'arçons et anneaux), trampoline, élastiques acrobatiques, parcours gymniques.

Rythmique : Initiation à la chorégraphie au sol avec rubans, cerceau et cordes.

Trampoline : Initiation et perfectionnement au trampoline.

Tumbling : Mouvements et acrobaties au sol, enchaînement de mouvements acrobatiques, trampoline.

Cirque : Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.

Corde à sauter acrobatique : Corde à sauter avec intégration de mouvements acrobatiques.

Lieu des cours : 1471, Boul. Lionel-Boulet, local 15, Varennes (Québec) J3X 1P7

Audition : Les jeunes filles et garçons âgés entre 5 et 12 ans désirant faire partie des groupes « circuit régional », « préparatoire », « défi », ou « compétitif » doivent se présenter le mercredi 10 août pour une évaluation. Le coût de l'évaluation est de 5\$. Inscription par téléphone au 450-929-2442.

Portes ouvertes : 10 septembre de 9h à 12h30.

Vous pourrez alors visiter les installations, rencontrer les entraîneurs, essayer les parcours de gymnastique, acheter votre maillot. L'activité est recommandée pour les nouveaux membres et les enfants participants aux cours GYM-BÉBÉ, GYM-ENFANCE et GYMINI.

Début des cours : Lundi 12 septembre 2016

La session d'automne débutera le lundi 12 septembre et sera d'une durée de **13 SEMAINES** (12 semaines plus un cours démonstration) à l'exception du secteur compétitif. L'horaire des cours peut être modifié en raison du nombre d'inscriptions. **Le coût ne comprend pas les frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique du Québec de 26\$ (4 ans et plus) ou 10\$ (20 mois à 3 ans) ou 15\$ (gym-adaptée), payables annuellement lors de l'inscription.**

**NOTE : POUR LES NON-RÉSIDENTS DE SAINT-AMABLE, SAINTE-JULIE ET VARENNES,
UN SUPPLÉMENT DE 20\$ PAR INSCRIPTION EST REQUIS**

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT 1x/sem	COÛT 2x/sem
CONNECT GYM-ADAPTÉE Enfants avec besoins particuliers	Est considéré comme un enfant avec besoins particuliers celui qui présente une altération des fonctions mentales, sensorielles, langagières ou physiques entravant ses capacités d'autonomie et d'adaptation dans un environnement ordinaire. (définition tirée de la LUBEP, article 2) Cours de gymnastique adaptée à une clientèle ayant un trouble envahissant du développement (TED), une déficience intellectuelle, un trouble de l'apprentissage, un léger handicap physique ou retard de développement. La présence du parent est obligatoire.	Groupes : 4-5 ans - 6-8 ans - 9 ans et plus Dimanche 16 h 45 à 17 h 30	205 \$	Aucun rabais
GYM-BRICO (3 à 5 ans)	Aucun préalable. Gym-Brico est une activité qui permet aux enfants de s'exprimer et de prendre contact avec les autres enfants à travers la gymnastique, les jeux collectifs et les ateliers d'arts plastiques.	1, 2 ou 3 fois semaine: Lundi, mercredi ou vendredi: 8 h 30 à 11 h 30	250 \$	400 \$
GYM-BRICO DANSE CRÉATIVE (3 à 5 ans)	Idem à Gym-Brico avec ajout de danse créative et d'art dramatique.	1, 2 ou 3 fois semaine: Lundi, mercredi ou vendredi: 8 h 30 à 14 h	380 \$	715 \$
GYM-BÉBÉ parent/enfant (20 à 36 mois)	Aucun préalable. Gym-Bébé est un cours parent/enfant qui permet aux bambins de faire de l'exercice, de s'amuser et de développer motricité et contact avec les autres enfants. La présence du parent est obligatoire.	Mercredi ou jeudi 9 h à 9 h 45 Samedi ou dimanche gr. 01 8 h 30 à 9 h 15 Samedi ou dimanche gr. 02 9 h 30 à 10 h 15 Samedi ou dimanche gr. 03 10 h 30 à 11 h 15	130 \$	Aucun rabais

ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE , RYTHMIQUE (suite)

RENSEIGNEMENTS : École Les Dynamix, 450-929-2442 – SITE INTERNET : www.ecoledynamix.com

NOTE : POUR LES NON-RÉSIDENTS DE SAINT-AMABLE, SAINTE-JULIE ET VARENNES, UN SUPPLÉMENT DE 20\$ PAR INSCRIPTION EST REQUIS

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT		
			1x/sem	2x/sem	
GYM-ENFANCE (3-4 ans)	Aucun préalable. Gym-Enfance est un cours de gymnastique qui permet aux jeunes enfants de se familiariser avec les différents appareils de gymnastique, de s'amuser et de prendre contact avec d'autres enfants.	Mercredi Jeudi Samedi Dimanche	10 h à 10 h 50 10 h à 10 h 50 8 h 45 à 9 h 35 11 h 15 à 12 h 05 8 h 45 à 9 h 35 10 h à 10 h 50 11 h à 11 h 50	136 \$	Aucun rabais
GYMINI (ROUGE) (4-5 ans)	Aucun préalable. Gymini est un cours d'initiation à la gymnastique.	Lundi Mercredi Jeudi Vendredi Samedi Dimanche	17 h à 18 h 11 h à 12 h 17 h 30 à 18 h 30 11 h à 12 h 16 h 30 à 17 h 30 17 h 45 à 18 h 45 16 h 30 à 17 h 30 8 h 30 à 9 h 30 9 h 45 à 10 h 45 11 h à 12 h 9 h à 10 h 10 h 45 à 11 h 45	150 \$	263 \$
TAN (5-6 ans)	Avoir suivi un cours de gymnastique et obtenu le niveau rouge (Gymini).	Jeudi Vendredi Samedi Dimanche	16 h 30 à 17 h 45 16 h 30 à 17 h 45 10 h à 11 h 15 12 h 30 à 13 h 45 9 h 15 à 10 h 30	176 \$	297 \$
TAN (6-7 ans) filles	Aucun préalable	Lundi Mardi Samedi Dimanche	18 h à 19 h 30 18 h à 19 h 30 12 h à 13 h 30 10 h 15 à 11 h 45 15 h à 16 h 30	205 \$	340 \$
TAN (8 ans et +) filles	Aucun préalable	Lundi Samedi ou dimanche	18 h 15 à 19 h 45 12 h 15 à 13 h 45	205 \$	340 \$
BRONZE (6-7 ans) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mardi Samedi Dimanche	18 h 15 à 19 h 45 13 h à 14 h 30 12 h à 13 h 30 13 h 45 à 15 h 15	205 \$	340 \$
BRONZE (8 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mercredi Dimanche	18 h 30 à 20 h 13 h 30 à 15 h	205 \$	340 \$
MAUVE / BLEU (9 ans et -) filles	Avoir réussi le niveau bronze	Jeudi Dimanche	18 h à 20 h 12 h 30 à 14 h 30	227 \$	382 \$
MAUVE / BLEU (10 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau bronze	Jeudi Dimanche	19 h à 21 h 12 h 30 à 14 h 30	227 \$	382 \$
TURQUOISE, ARGENT & ORANGE Filles	Avoir réussi le niveau bleu	Mercredi Dimanche	18 h 30 à 20 h 30 14 h 30 à 16 h 30	227 \$	382 \$
GARÇONS (6-8 ans)	Aucun préalable	Mardi Samedi Dimanche	17 h 45 à 19 h 15 12 h 30 à 14 h 10 h 30 à 12 h 12 h 30 à 14 h	205 \$	340 \$
GARÇONS (9 ans et +)	Aucun préalable	Jeudi Samedi Dimanche	19 h à 20 h 30 15 h à 16 h 30 12 h à 13 h 30	205 \$	340 \$
TRAMPOLINE (6 à 12 ans)	Avoir l'âge requis	Lundi Mardi Jeudi Samedi Dimanche	18 h 15 à 19 h 15 19 h 30 à 20 h 30 18 h à 19 h 13 h à 14 h 14 h à 15 h 12 h 45 à 13 h 45 13 h 45 à 14 h 45	160 \$	279 \$

ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE , RYTHMIQUE (suite)

RENSEIGNEMENTS : École Les Dynamix, 450-929-2442 – SITE INTERNET : www.ecoledynamix.com

NOTE : POUR LES NON-RÉSIDENTS DE SAINT-AMABLE, SAINTE-JULIE ET VARENNES, UN SUPPLÉMENT DE 20\$ PAR INSCRIPTION EST REQUIS

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	
			1x/sem	2x/sem
CHEERLEADING (7 ans et +)	Acrobaties aériennes, pyramides et chorégraphie de groupe pour filles et garçons.	Samedi 14 h 30 à 16 h	205 \$	Aucun rabais
CIRQUE (7 ans et +)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Vendredi 18 h à 19 h 30 Samedi 14 h à 15 h 30	215 \$	Aucun rabais
CIRQUE ADOS ADULTES (16 ans et +)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Vendredi 19 h à 20 h	215 \$	Aucun rabais
GYMNASTIQUE RYTHMIQUE RÉCRÉATIVE (6-7 ans / 8 ans et+)	Initiation à la chorégraphie au sol avec rubans, cerceau et cordes.	Mercredi 18 h à 19 h 30 Samedi 13 h à 14 h 30	205 \$	340 \$
CORDE À SAUTER ACROBATIQUE	Corde à sauter avec intégration de mouvements acrobatiques.	Jeudi 18h à 19h (9ans et+) Vendredi 18 h à 19 h (7-8 ans) 19h à 20h (9ans et+) Samedi 11 h à 12 h	140 \$	Aucun rabais
TRAMPOLINE ADO (13-17 ans)	Aucun préalable	Mardi 20 h à 21 h	160 \$	Aucun rabais
TRAMPOLINE ADULTE (18 ans et +)	Aucun préalable	Mardi 20 h à 21 h	160 \$	Aucun rabais
TUMBLING (7 ans et +)	Avoir l'âge requis	Mercredi 19 h à 20 h 30 Samedi 15 h à 16 h 30	205 \$	340 \$
GYM-ADO (13-17 ans)	Aucun préalable	Lundi 19 h 30 à 21 h	205 \$	Aucun rabais
SECTEUR PRÉ-COMPÉTITIF ET COMPÉTITIF MIXTE	Être admis dans le programme par l'entraîneur en chef du secteur.	Horaire disponible sur demande pour les groupes : Circuit régional CR1-CR2-CR3, Préparatoire, Défi, Compétitif féminin, Compétitif masculin et Tumbling.		Prix selon le nombre d'heures
PRATIQUE LIBRE PARENT-ENFANT Enfant 3 à 15 ans	Il ne s'agit pas d'un cours mais d'une pratique libre sous la supervision d'un entraîneur. Pas de gymnaste du secteur compétitif et la présence du parent est obligatoire.	Les dimanches : 25 septembre 23 octobre 27 novembre de 18 h 30 à 20 h	5 \$ / pratique (membre) 6 \$ / pratique (non-membre)	
PRATIQUE LIBRE ADO-ADULTE (16 ans et plus)	Il ne s'agit pas d'un cours mais d'une pratique libre sous la supervision d'un entraîneur.	1 ou 2 fois/sem. Lundi 20 h 30 à 22 h Mercredi 20 h 30 à 22 h Les frais d'affiliation sont à payer seulement la première fois.	10 \$ par pratique + frais annuels d'affiliation obligatoire	
FÊTES D'ENFANTS	Le club organise des fêtes d'enfants des plus «Dynamix» ! Surprises et rebondissements garantis. Au programme : trampoline, élastiques acrobatiques, gymnastique et surprises pour le fêté(e) et ses invité(e)s. NOUVEAUTÉ : Réservation en ligne! Vous devez nous confirmer par téléphone le nombre d'enfants qui seront présents au moins une semaine à l'avance.	Septembre à juin : Samedi ou dimanche Juillet et août Samedi ou dimanche Horaires flexibles	160 \$ pour 12 enfants 10\$ par enfants supplémentaires	

Le club organise des activités lors des congés scolaires du :
23 septembre, 21 octobre, 17 et 18 novembre, 27 janvier, 27 février au 3 mars
Inscription à la journée. 9h à 16h (4 ans et plus) – 9h à 14h (3 ans).
Possibilité de service de garde de 7h à 9h et de 14h à 17h.
Coûts : 4 ans et + 26\$ membre / 31\$ non membre
3 ans 21\$ membre / 26\$ non membre
Inscriptions sur le site Internet de l'École.

