

**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](http://www.ecoledynamix.com)**

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

Inscriptions : **Réinscriptions 20 février au mars (membres inscrits à l'automne)** Numéro de carte loisirs exigée pour Varennes  
**Inscriptions en ligne à partir du 10 mars à 9h (nouveaux membres)** Numéro de carte loisirs exigée pour Varennes

Paiement : 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, cerceaux 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.

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

**Début des cours : Vendredi 31 mars au 6 avril. \*\*\* ATTENTION LES COURS DU MARDI DÉBUTENT LE 11 MARS**

La session de printemps sera d'une durée de **9 SEMAINES** pour les cours se donnant du lundi au jeudi et d'une durée de **8 SEMAINES** pour ceux se donnant du vendredi au dimanche. **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.**

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

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT 1x/sem	RABAIS 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. <b>La présence du parent est obligatoire.</b>	Groupes : 4-5 ans - 6-8 ans - 9 ans et plus  Dimanche 16 h 45 à 17 h 30	127 \$	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 8 h 30 à 11 h 30 Vendredi: 8 h 30 à 11 h 30	208 \$ 189 \$	61 \$
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 8 h 30 à 14 h Vendredi: 8 h 30 à 14 h	308 \$ 279 \$	28 \$
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. <b>La présence du parent est obligatoire.</b>	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	90 \$ 80 \$ 80 \$ 80 \$	Aucun rabais
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 10 h à 10 h 50 Jeudi 10 h à 10 h 50 Samedi 8 h 45 à 9 h 35 11 h 15 à 12 h 05 Dimanche 8 h 25 à 9 h 15 8 h 45 à 9 h 35 10 h à 10 h 50 11 h à 11 h 50	95 \$ 95 \$ 84 \$  84 \$	Aucun rabais

Merci à notre partenaire annuel !

## ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE , RYTHMIQUE (suite)

**RENSEIGNEMENTS : École Les Dynamix, 450-929-2442 – SITE INTERNET : [www.ecoledynamix.com](http://www.ecoledynamix.com)**

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

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT		RABAIS
			1x/sem	2x/sem	
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	131 \$ 131 \$  131 \$  120 \$ 120 \$  120 \$	23 \$
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 15 à 13 h 30 9 h 15 à 10 h 30	151 \$ 138 \$ 138 \$  138 \$	34 \$
TAN (6-7 ans) filles	Aucun préalable	Lundi Mardi Vendredi Samedi Dimanche	18 h à 19 h 30 18 h à 19 h 30 17 h 45 à 19 h 15 12 h à 13 h 30 10 h 15 à 11 h 45 15 h à 16 h 30 \$	174 \$ 174 \$ 158 \$ 158 \$ 158 \$	44 \$
TAN (8 ans et +) filles	Aucun préalable	Lundi Mercredi Samedi ou dimanche	18 h 15 à 19 h 45 18 h 30 à 20 h 12 h 15 à 13 h 45	174 \$ 174 \$ 158 \$	44 \$
BRONZE (6-7 ans) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mardi Samedi Dimanche	18 h 15 à 19 h 45 13 h 30 à 15 h 12 h à 13 h 30 13 h 45 à 15 h 15	174 \$ 158 \$ 158 \$	44 \$
BRONZE (8 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau tan	Lundi Mercredi Dimanche	18 h 30 à 20 h 18 h 30 à 20 h 13 h 30 à 15 h	174 \$ 174 \$ 158 \$	44 \$
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	190 \$ 173 \$	45 \$
MAUVE / BLEU (10 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau bronze	Mercredi Jeudi Dimanche	18 h à 20 h 19 h à 21 h 13 h 30 à 15 h 30	190 \$ 190 \$ 173 \$	45 \$
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	190 \$ 173 \$	45 \$
GARÇONS (6-8 ans)	Aucun préalable	Mardi Samedi Dimanche	17 h 45 à 19 h 15 13 h 30 à 15 h 10 h 30 à 12 h 12 h à 13 h 30	174 \$ 158 \$ 158 \$	44 \$
GARÇONS (9 ans et +)	Aucun préalable	Jeudi Samedi Dimanche	18 h 45 à 20 h 15 15 h à 16 h 30 12 h à 13 h 30	174 \$ 158 \$ 158 \$	44 \$
TRAMPOLINE (6 à 12 ans)	Avoir l'âge requis	Lundi  Mardi Jeudi Samedi  Dimanche	18 h 15 à 19 h 15 19 h 15 à 20 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	111 \$  111 \$ 111 \$ 99 \$  99 \$	25 \$

Merci à notre partenaire annuel !

**Bennv&Co.**

## ÉCOLE LES DYNAMIX – GYMNASTIQUE ARTISTIQUE , RYTHMIQUE (suite)

RENSEIGNEMENTS : École Les Dynamix, 450-929-2442 – SITE INTERNET : [www.ecoledynamix.com](http://www.ecoledynamix.com)

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

NIVEAU	PRÉALABLE/DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	
			1x/sem	RABAIS 2x/sem
CHEERLEADING (7 ans et +)	Acrobaties aériennes, pyramides et chorégraphie de groupe pour filles et garçons.	Samedi 14 h 30 à 16 h	158 \$	Aucun rabais
CIRQUE (7 ans et +)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Vendredi 18 h à 19 h 30	165 \$	Aucun rabais
CIRQUE ADOS ADULTES (16 ans et +)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Vendredi 19 h 30 à 21 h	165 \$	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	174 \$	44 \$
		Samedi 13 h à 14 h 30	158 \$	
TRAMPOLINE ADO (13-17 ans)	Aucun préalable	Mardi 20 h à 21 h	111 \$	Aucun rabais
TRAMPOLINE ADULTE (18 ans et +)	Aucun préalable	Mardi 20 h à 21 h	111 \$	Aucun rabais
TUMBLING (7 ans et +)	Avoir l'âge requis	Mercredi 19 h à 20 h 30	174 \$	44 \$
		Samedi 15 h à 16 h 30	158 \$	
GYM-ADO (13-17 ans)	Aucun préalable	Lundi 19 h 30 à 21 h	174 \$	Aucun rabais
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. <b>Pas de gymnaste du secteur compétitif et la présence du parent est obligatoire.</b>	Les dimanches : 26 février 26 mars 23 avril 28 mai de 18 h 30 à 20 h	5 \$ / pratique (membre) 6 \$ / pratique (non-membre)	
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.  Réservation par téléphone  Cartons d'invitations disponibles sur notre site internet.	Samedi 10 h 30 à 13 h 12 h 15 à 14 h 45 15 h 15 à 17h 45 16 h 45 à 19 h 15	160 \$ pour 12 enfants  10\$ par enfants supplémentaires	
		Dimanche 10 h 30 à 13 h 12 h 15 à 14 h 45 15 h 15 à 17h 45		

### COURS ET CAMPS D'ÉTÉ

Pour un 24<sup>e</sup> été, l'École les Dynamix offre cette formule permettant l'apprentissage rapide des bases de la gymnastique, du cirque ou du cheerleading tout en s'amusant en respectant le rythme de chacun. En plus des activités gymniques, les participants auront l'occasion cet été de faire une multitude d'activités.

10 semaines de camps offertes (du 26 juin au 1<sup>er</sup> septembre)

8 semaines de cours (26 juin au 18 août)

Dépliant complet disponible en ligne ([www.ecoledynamix.com](http://www.ecoledynamix.com))

INSCRIPTIONS EN LIGNE DÈS LE 10 MARS 9h

Merci à notre partenaire annuel !

**Benny&Co.**