



GYMNASTIQUE RYTHMIQUE se situe à la rencontre

de la danse, de la gymnastique et du jonglage. La danse car la gymnaste évolue sur un fond musical, la gymnastique puisqu'elle doit assurer des sauts et des exercices au sol ce qui impose un apprentissage et une très bonne condition physique, enfin la jonglerie car il y manipulation d'engins peu faciles à maîtriser. La **GR** a été officiellement homologué par la Fédération Internationale de Gymnastique en 1962. Les premiers championnats du monde eurent lieu en 1963, les premiers championnats d'Europe se déroulant en 1968 à Madrid. La GR devint sport olympique en 1984 pour les individuelles et en 1992 pour les ensembles. On parlait alors encore de la GRS (gymnastique rythmique et sportive), l'appellation de GR ayant été adoptée en 1998. La GR se pratique en **individuelle** ou par **ensemble** de 5 gymnastes qui utilisent plusieurs engins : cerceau, corde, ballon, ruban et massues (selon les années) ou parfois sans engins (« mains libres ») pour les plus ieunes.

## LES COURS

Sont assurés par des professeurs diplômés d'état

#### LIEUX DES COURS

Espace Robert FIAT Lundi de 17h à 19h30

**Gymnase de la Gare** Jeudi 17h 15-21h

**Gymnase du Pont de Vence** Mercredi 16h30 à 18h

C'est les entraineurs qui constituent les groupes suivant le niveau et l'âge.

### Tenue:

Caleçon et pieds nus Cheveux attachés Une serviette Une bouteille d'eau





TARIFS: A noter réduction exceptionnelle pour les adhérentes de l'année 2019/2020 de 38€ par enfant sur la saison 2020/2021

2020/2021

Débutantes loisirs :

1h : 140€ 2h : 152€

Groupe compétitions :

Prêt du justaucorps compris dans le tarif

3h/4h : 192€

Achat survêtement au nom du club 35€ à commander en début d'année.

- Les chèques sont à faire à l'ordre de l'USSE Gymnastique
- 1 photo
- 1 certificat médical Mention obligatoire de non contre-indication à pratiquer la Gymnastique Rythmique en compétition

Informations: Nous acceptons les chéquiers jeunes adhésion sportive, le PASS'Région avec chèque de caution de 30€- Pas de chèque CAF. Paiement possible en 3 fois



## **STAGES:**

Nous organisons des stages pendant les vacances scolaires de Toussaint, Février et Pâques

## Contact: Nouveauté

**Préinscription**: Sport Région Usse Gymnastique (connexion)

ussegymnastique38@gmail.com Site Union Sportive de Saint Egreve Facebook Usse gymnastique

Téléphone : 06 84 04 17 57





# **USSE Gymnastique**

Vous propose des cours de gymnastique Rythmique pour les jeunes à partir de 6 ans.

