



PROGRAMMATION - CLUB AEROGYM INC.

St-Augustin-de-Desmaures, Qc

SESSION PRINTEMPS 2023

Pour info : clubaerogym.inc1@gmail.com

1. DEVELOPPEMENT MOTEUR, GYMNASTIQUE & PSYCHOMOTRICITÉ

1.A BEBE-GYM (GARÇONS ET FILLES DE 2 A 3 ANS (24 A 36MOIS)) COURS PARENT-ENFANT

Cours parent-enfant visant le développement moteur de l'enfant via des parcours et jeux, au sol ainsi que sur les appareils de gymnastique. **Intégration des bases de la gymnastique.**

Note : Pour les cours bébé-gym, une inscription = 1 parent + 1 enfant, mais 2 parents/adultes responsables de l'enfant peuvent alterner et se séparer la présence au cours avec l'enfant durant la session.

GROUPE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT résident	COÛT non-résident	DURÉE
Bébé-gym	2 à 3 ans	Samedi	55 \$	66 \$	4 semaines
Samedi	(24 à 36mois)	9h15 à 10h00			

1.B BOUTS-DE-CHOUX (GARÇONS ET FILLES DE 3 A 6 ANS)

Gymnastique artistique sur appareils (garçons et filles sol, saut de cheval, barres, poutre, trampoline et anneaux). Adaptation du programme de développement gymnique Cangym pour les tout-petits de 3 à 6 ans.

L'apprentissage se fait principalement sous la forme de jeux et de parcours. Il vise l'apprentissage des bases sur chacun des appareils pour le développement de la force et de la coordination. Le programme est constitué de 5 niveaux d'apprentissage dans lesquels les gymnastes progressent.

Ce cours vise à développer la motricité par le sport de base qu'est la gymnastique et transmettre les bases sur chacun des appareils amenant les enfants vers le programme d'habilités gymniques «Cangym».

GROUPE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT résident	COÛT non-résident	DURÉE
Bouts-de-choux Lundi	3 et 4 ans	18 h à 18 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Lundi	5 et 6 ans	18 h à 18 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Mercredi	3 et 4 ans	18 h à 18 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Mercredi	5 et 6 ans	18 h à 18 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Samedi	3 et 4 ans	9 h 00 à 9 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Samedi	5 et 6 ans	9 h 00 à 9 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Samedi	3 et 4 ans	10 h 00 à 10 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines
Bouts-de-choux Samedi	5 et 6 ans	10 h 00 à 10 h 50	65 \$	78 \$	4 semaines

2. PRÉ-CANGYM

GARÇONS ET FILLES, 4 A 6 ANS AVANCÉS

L'apprentissage des jeunes se poursuit à travers les mouvements plus avancés du programme bouts-de-choux et des éléments de Cangym des niveaux Bordeaux et Rouge.

GROUPE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT résident	COÛT non-résident	DURÉE
Pré-CANGYM Samedi	4 à 6 ans avancés*	10 h 00 à 10 h 50	70 \$	84 \$	4 semaines
Pré-CANGYM Lundi	4 à 6 ans avancés*	18 h à 18 h 50	70 \$	84 \$	4 semaines

***Pré-requis** : avoir suivi 3 sessions dans un groupe bouts-de-choux au Club, ou avoir complété les niveaux 1 à 3 inclusivement du programme (niveaux Éléphant/Ourson/Lapin) et être rendu.e aux niveaux Kangourou ou Singe.

GYMNASTIQUE PROGRAMME CANGYM

Gymnastique artistique sur appareils (sol, saut de cheval, barres, trampoline (garçons et filles), anneaux, barres parallèles, arçons, barre fixe (garçons) et poutre (filles))

CANGYM est un programme national de développement et d'évaluation d'habiletés pour la gymnastique artistique de Gymnastique Canada. L'objectif principal est de fournir un programme de développement d'habiletés gymniques, basé sur un système d'écussons, pour les clubs de gymnastiques du Canada. Les deux premiers écussons du programme correspondent aux écussons Bordeaux et Rouge.

3. BORDEAUX-ROUGE FILLES

FILLES 7 ANS ET +

Débutantes, ou rendues au niveau Bordeaux ou Rouge du programme Cangym.

GROUPE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT résident	COÛT non-résident	DURÉE
Bordeaux-Rouge Filles Lundi	Filles 7 ans et +	18 h 30 à 20 h 30	85 \$	102 \$	4 semaines
Bordeaux-Rouge Filles Mercredi	Filles 7 ans et +	18 h 30 à 20 h 30	85 \$	102 \$	4 semaines
Bordeaux-Rouge Filles Samedi	Filles 7 ans et +	11 h 15 à 13 h 15	85 \$	102 \$	4 semaines

4. TAN-BRONZE ET BRONZE-MAUVE FILLES (1X SEM)

FILLES 7 ANS ET +

Pré-requis : avoir complété au minimum les écussons Bordeaux ET Rouge du programme Cangym et être rendue au niveau Tan, Bronze ou Mauve.

GROUPE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT résident	COÛT non-résident	DURÉE
Tan-Bronze Filles Samedi	Filles 7 ans et + Niveau Tan-Bronze	11 h 15 à 13 h 15	90 \$	108 \$	4 semaines