

**TRAMPOLINE, TUMBLING, « CHEERLEADING », CIRQUE**

**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.

Réinscriptions : **Anciens membres** Du 8 au 19 mars 2023  
**Ouvertes à tous** Dès le 23 mars 2023

Carte loisir exigée pour les résidents de Varennes

Paiement : **En ligne par dépôt direct ou par la poste par chèque.**

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 : Lundi 10 avril 2023**

**La session est d'une durée de 8 semaines, pour les cours parent-enfant et d'une durée de 9 semaines, pour les cours sans parent accompagnateur. Le spectacle annuel, pour les groupes sans parent accompagnateur, aura lieu les 9-10-11 juin 2023.**

**Le coût ne comprend pas les frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique du Québec de 29\$ (4 ans et plus) ou 12\$ (20 mois à 3 ans) ou 17\$ (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	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 vivant avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA), 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	169\$	-
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	Vendredi 9 h 00 à 12 h 00	268\$	-
GYM-BÉBÉ parent /enfant (18 à 24 mois)	Aucun préalable. Gym-Bébé est un cours parent/enfant qui permet aux tout-petits de faire de l'exercice, de s'amuser et de développer motricité et contact avec les autres enfants. <b>La présence d'un parent par enfant est obligatoire.</b>	Mercredi, jeudi ou vendredi 9 h à 9 h 45 Samedi ou dimanche 8 h 30 à 9 h 15 9 h 30 à 10 h 15 10 h 30 à 11 h 15	107\$	-
GYM-BAMBIN parent /enfant (25 à 36 mois)	Aucun préalable. Gym-Bambin 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 d'un parent par enfant est obligatoire.</b>	Mercredi, jeudi ou vendredi 9 h à 9 h 45 Samedi ou dimanche 8 h 30 à 9 h 15 9 h 30 à 10 h 15 10 h 30 à 11 h 15	107\$	-
GYM-ENFANCE parent / enfant (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. <b>La présence d'un parent par enfant est obligatoire.</b>	Lundi 17 h 15 à 18 h 00 Mardi 17h à 17 h 45 Mercredi, jeudi ou vendredi 10 h à 10 h 45 Vendredi 17 h 15 à 18 h Samedi ou dimanche 7 h 45 à 8 h 30 8 h 45 à 9 h 30 9 h 45 à 10 h 30 11 h 15 à 12 h Samedi 11 h 30 à 12 h 15	112\$	-

GYMINI (ROUGE) (4-5 ans)	Aucun préalable. Gymini est un cours d'initiation à la gymnastique.	Lundi Mardi Mercredi, jeudi ou vendredi Mercredi Jeudi Vendredi Samedi  Dimanche	17 h à 18 h 17 h 15 à 18 h 15 11 h à 12 h 17 h 15 à 18 h 15 17 h 30 à 18 h 30 17 h 00 à 18 h 00 7 h 45 à 8 h 45 8 h 30 à 9 h 30 9 h 45 à 10 h 45 11 h à 12 h 7 h 45 à 8 h 45 8 h 30 à 9 h 30 9 h 45 à 10 h 45 11 h à 12 h	165\$	298\$
TAN (5-6 ans)	Aucun préalable	Lundi Jeudi Vendredi Samedi  Dimanche	17 h 15 à 18 h 30 17 h 15 à 18 h 30 17 h à 18 h 15 9 h à 10 h 15 10 h 45 à 12 h 12 h 15 à 13 h 30 9 h à 10 h 15 10 h 30 à 11 h 45	188\$	328\$
TAN (6-7 ans) filles	Aucun préalable	Lundi Mardi Mercredi Vendredi Samedi  Dimanche	18 h à 19 h 30 17 h 30 à 19 h 18 h à 19 h 30 17 h 45 à 19 h 15 8 h 45 à 10 h 15 12 h 45 à 14 h 15 14 h 30 à 16 h 00 8 h 45 à 10 h 15 12 h à 13 h 30	215\$	370\$
TAN (8 ans et +) filles	Aucun préalable	Lundi Mardi Samedi Dimanche	18 h 30 à 20 h 18 h 30 à 20 h 13h 00 à 14h 30 12 h 30 à 14 h	215\$	370\$
BRONZE (6-7 ans) filles	Avoir réussi le niveau tan	Mardi Jeudi Samedi  Dimanche	18 h à 19 h 30 18 h à 19 h 30 10 h 30 à 12 h 14 h 30 à 16 h 12 h 45 à 14 h 15	215\$	370\$
BRONZE (8 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau tan	Lundi Mercredi Vendredi Dimanche	18 h 15 à 19 h 45 18 h 30 à 20 h 19 h 15 à 20 h 45 14 h 15 à 15 h 45	215\$	370\$
MAUVE / BLEU (9 ans et -) filles	Avoir réussi le niveau bronze	Lundi Jeudi Dimanche	17 h 45 à 19 h 45 17 h 45 à 19 h 45 12 h 15 à 14 h 15	236\$	409\$
MAUVE / BLEU (10 ans et +) filles	Avoir réussi le niveau bronze	Mercredi Jeudi Dimanche	18 h 15 à 20 h 15 18 h 45 à 20 h 45 14 h 30 à 16 h 30	236\$	409\$
TURQUOISE, ARGENT & ORANGE Filles	Avoir réussi le niveau bleu	Mercredi Dimanche	18 h à 20 h 00 14 h 30 à 16 h 30	236\$	409\$

	<b>PRÉALABLE/DESCRIPTION</b>	<b>HORAIRE</b>	<b>COÛT 1x/sem</b>	<b>COÛT 2x/sem</b>
GARÇONS (6-8 ans)	Aucun préalable	Mardi Samedi Dimanche	17 h 45 à 19 h 15 13 h 30 à 15 h 9 h à 10 h 30 10 h 45 à 12 h 15 13 h à 14 h 30	215\$ 370\$
GARÇONS (9 ans et +)	Aucun préalable	Jeudi Mercredi Dimanche	19 h à 20 h 30 19 h30 à 21h 14 h 45 à 16 h 15	215\$ 370\$
TRAMPOLINE (6 à 8 ans)	Aucun préalable	Lundi Jeudi Vendredi Samedi Dimanche	18 h à 19 h 18 h à 19 h 18 h 15 à 19 h 15 9 h à 10 h 9 h 45 à 10 h 45	173\$ 269\$
TUMBLING (6 à 8 ans)	Aucun préalable	Samedi	14 h 15 à 15 h 15	173\$ -
TRAMPOLINE (9 ans à 11 ans)	Aucun préalable	Lundi Mercredi Jeudi Samedi Dimanche	19 h à 20 h 30 18 h 45 à 20 h 15 19 h à 20 h 30 13 h 30 à 15 h 11 h à 12 h 30	224\$ 391\$
TUMBLING (9 ans à 11 ans)	Aucun préalable	Dimanche	12 h 45 à 14 h 15	224\$ -
TRAMPOLINE ADO (12-17 ans)	Aucun préalable	Mardi Vendredi	19 h à 20 h 30 19 h 15 à 20 h 45	177\$ -
TRAMPOLINE ADULTE (18 ans et +)	Aucun préalable	Mardi Jeudi	19 h 30 à 20 h 30 20 h 30 à 21 h 30	132\$ -
TUMBLING ADO (12 ans et +)	Aucun préalable	Dimanche	13 h 30 à 15 h	177\$ -
CHEERLEADING (7 ans et +)	Acrobaties aériennes, pyramides et chorégraphie de groupe pour filles et garçons.	Samedi	14 h 45 à 16 h 15	215\$ -
CIRQUE (6 – 10 ans)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Mardi	18 h à 19 h 30	178\$ -
CIRQUE ADOS ADULTES (15 ans et +)	Initiation au cirque aérien (trapèze), mains à mains, jonglerie et acrobaties.	Mardi	19 h 30 à 20 h30	178\$ -
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	215\$ -
GYM-ADO (12-17 ans)	Aucun préalable	Lundi	19 h 30 à 21 h	169\$ -
PARKOUR (9 - 14 ans)	Aucun préalable	Vendredi Dimanche	20 h à 21 h 16 h 15 à 17 h 15	132\$ -
FÊTES D'ENFANTS	Le club organise des fêtes d'enfants des plus «Dynamix» ! Surprises et rebondissements garantis. Au programme : trampoline, gymnastique et surprises pour le fêté(e) et ses invité(e)s. Réservation par téléphone Cartons d'invitations disponibles sur notre site internet.	<b>1h30 de gymnastique 1h de location de local</b>		200.00\$/ maximum 12 enfants  10\$ par enfant supplémentaire