



## LES ENFANTS DU PLESSIS GYMNASTIQUE

10, bis rue des 3 frères Le Bouard 56 600 LANESTER  
Tél. / fax : 02.97.81.32.04 E.mail : [edplanester@free.fr](mailto:edplanester@free.fr)  
Site internet : [www.lesenfantsduplessis.com](http://www.lesenfantsduplessis.com)



### ASSOCIATION LOISIRS ET COMPETITION

SAISON 2015 – 2016

L'association est agréée pour les Bons CAF, les chèques Vacances, les coupons sports ANCV et le Chèque Sport du Conseil Régional.

L'association Les Enfants Du Plessis est une association Sportive et Culturelle. Cette plaquette regroupe uniquement les activités Gymnique et petite enfance.

#### PTIT'BOUT'GYM (MIXTE)

Activité de Motricité Générale pour les enfants nés en 2010, 2011, 2012 & 2013



Cours : mercredi de 17 h 30 à 18 h 15  
Samedi de 10 h 00 à 10 h 45  
Samedi de 11 h 00 à 11 h 45

Cotisation annuelle : 100 €

Salle des Enfants du Plessis 10 bis rue des 3 frères le Bouard

#### PRIM GYM ( MIXTE )

Activité de Motricité Générale et éveil à la gymnastique pour les enfants nés en 2010, 2011, 2012 & 2013

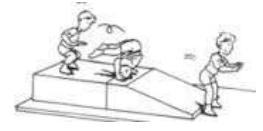
Cours : - né(e) en 2012/2013 : samedi de 13 h 00 à 14 h 00  
- né(e) en 2010/2011 : samedi de 14 h 00 à 15 h 00



Cotisation annuelle : 100 €

Salle Spécialisée Pierre de Coubertin

#### INITIATION GYM GROUPE MIXTE



6 à 9 ans Lundi 17h / 18h et 18h / 19h  
5 à 7 ans mercredi 14h / 15h et 15h / 16h  
5 à 9 ans samedi 15h / 16h30

Salle Spécialisée Pierre de Coubertin  
Salle des Enfants du Plessis  
Salle Spécialisée Pierre de Coubertin

Cotisation : 110 €

#### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Musculation douce, bras, jambes et abdos-fessiers



Cours le : Lundi de 19 h 30 à 20 h 30  
Mercredi de 19 h 30 à 20 h 30  
Vendredi de 19 h 00 à 20 h 00



Cotisation : 110 €

Salle des Enfants du Plessis 10 bis rue des 3 frères le Bouard

#### GYMNASTIQUE MASCULINE

Activité en loisirs et compétitions à partir de 5 ans



Niveaux	Année Naissance	Jours	Heures	Tarif
Poussins	de 2007 à 2009	Mardi	18 h 30 à 20 h 00	C 140€
		Samedi	14 h 00 à 16 h 00	L 110€
Benjamins/minimes	de 2000 à 2006	Mardi	18 h 00 à 20 h 00	C 140€
		Samedi	14 h 00 à 16 h 00	L 110€
Cadets/Juniors/séniors	1999 et avant	Mardi	18 h 00 à 20 h 00	C 140€
		Samedi	14 h 00 à 16 h 00	L 110€
Gym Loisir Adultes	1999 et avant	Vendredi	20 h 30 à 22 h 00	C 140€ L 110€



Salle Spécialisée Pierre de Coubertin

L (loisirs)

C (compétitions)



## TRAMPOLINE



Activité en loisirs adultes

Jeudi 19h30 à 21h00 **Salle Spécialisée Pierre de Coubertin**

Cotisation : 110 €

## GYMNASTIQUE FEMININE

Activité loisirs (à partir de 3 ans ) et compétitive (à partir de 6 ans)



POUSSINES (6 à 9 ans) LOISIRS +INIGYM	SAMEDI	15 h 00 à 16 h 30	110€
POUSSINES (6 à 9 ans) COMPÉTITIONS	JEUDI SAMEDI	17 h 30 à 19 h 00 14 h 00 à 16 h 00	140€
JEUNESSES (10 à 13 ans) LOISIRS	JEUDI SAMEDI	19 h 00 à 20 h 30 15 h 00 à 16 h 30	110€
JEUNESSES (10 à 13 ans) COMPÉTITIONS 1	MARDI JEUDI VENDREDI	17 h 30 à 19 h 00 17 h 30 à 19 h 00 20 h 00 à 21 h 30	140€
JEUNESSES (10 à 13 ans) COMPÉTITIONS 2	MARDI JEUDI JEUDI (indiv) SAMEDI	19 h 00 à 20 h 30 17 h 30 à 19 h 30 19 h 00 à 21 h 00 16 h 00 à 18 h 00	140€
AINEES (14 et +) COMPÉTITIONS ET LOISIRS	MARDI JEUDI (indiv) VENDREDI SAMEDI	19 h 30 à 21 h 30 19 h 00 à 21 h 00 20 h 00 à 22 h 00 17 h 30 à 19 h 30	140€ 110€
GYM LOISIRS ADULTES	VENDREDI	20 h 30 à 22 h 00	110€

**Salle Spécialisée Pierre de Coubertin**

