

# Inscription Stage de Noël Rezé GRS

Salle du 8 mai, Rue André Malraux, 44400 Rezé  
Mail : rezegrs.equipe.technique@gmail.com

**Bulletin et chèque à rendre dans une enveloppe au plus tard le 9 décembre !  
(À retourner dans le casier jaune sous le rideau)**

(Les inscriptions seront traitées par nombre de jours réservés. Nombre limité à 20 gymnastes par jour)

## Information sur la gymnaste

Nom : ..... Nom des parents (si différents) : .....  
Prénom : .....  
Date de naissance : .....  
Catégorie : .....  
Téléphone (des parents si mineur) : .....  
Mail : .....

## Organisation du stage

### **Encadrement :**

- Axelle Hermouet (membre de la DN)

### **But du stage :**

Stage ouvert à toutes les gymnastes du club à partir de la catégorie 7/9 ans.

Stage qui a pour but l'amusement, le travail corporel (échauffement, assouplissement, danse, etc) et le travail à l'engin (découverte des engins, technique, coordination, etc). Il n'y aura aucun travail des enchaînements !

### **Date et horaires :**

Le stage se déroulera le 20, 21 et 22 décembre. De 10h à 16h. Avec une pause déjeuner de 12h30 à 13h30. Il est demandé d'arriver 10 minutes en avance et de prévoir un pique-nique.

### **Tarifs :**

- 12 euros la journée
- 30 euros les 3 jours

- 20 décembre
- 21 décembre
- 22 décembre

-> Cocher le/les jour(s) de stage souhaité(s)

***Ne pas oublier sa bouteille d'eau, sa tenue près du corps et ses cheveux attachés !!***



# STAGE DE NOËL



PLAISIR, PARTAGE, TRAVAIL,  
BONNE HUMEUR



## PROGRAMME

- ÉCHAUFFEMENT AVEC ENGIN
- COORDINATION
- ASSOUPPLISSEMENT
- TRAVAIL DES DIFFICULTÉS CORPORELLES
- DANSE ET IMPROVISATION
- TRAVAIL À L'ENGIN
- JEUX

20, 21 ET 22 DÉCEMBRE DE  
10H À 16H

Prévoir un pique-nique

12 EUROS LA JOURNÉE  
30 EUROS LES 3 JOURS

Ouvert à toutes les gymnastes à  
partir de la catégorie 7/9 ans  
Places limitées !! ;)