



PLANNING COURS

ÉCOLE DE GYM

MARDI	2015-2018 • 17H15-18H45	
MERCREDI	2014-2018 • 10H30-12H00	2014-2018 • 15H00-16H30
JEUDI	2014-2016 • 17H15-18H45	
VENDREDI	2015-2018 • 17H15-18H45	
SAMEDI	2015-2018 • 9H00-10H30	2013-2016 • 10H30-12H00

LOISIR

MERCREDI	2012-2014 • 16H45-18H15	2011 et avant • 18H15-19H45
VENDREDI	2010-2013 • 18H30-20H00	



Complexe Gymnique Stéphanois
 1 allée des Frères Gauthier
 42000 SAINT-ÉTIENNE
Tél. 04 77 74 13 90
contact@independante-stephanoise.fr

Club subventionné par
 la Ville de Saint-Étienne, le Conseil Départemental
 et la Région Auvergne Rhône-Alpes.



Club affilié à la FFG N°08.042.025



GYM ANIMATION

*Pour une pratique
 sans compétition*



www.independante-stephanoise.fr

www.independante-stephanoise.fr

FOCUS

LA GYM SANS BUT COMPÉTITIF

École de gym, gym forme loisir, gym ado adulte aux agrès sont autant de programmes à destination d'un public débutant désireux d'acquérir une motricité fine pour la pratique des activités gymniques acrobatiques.

Le caractère non compétitif de ces pratiques permet aux sportifs de progresser à leur rythme. L'évolution de la complexification se fait au fil des séances.

*Notre but est de vous proposer des pratiques sportives de qualité, pour le bien être, la santé et la détente...
Loin de toute idée de performance ou de compétition.*



APPRENDRE LA GYM DE FAÇON LUDIQUE !

► L'ÉCOLE DE GYM

Groupe mixte dès 5 ans - Pratique de 1h à 1h30 / semaine.
 Objectif : découverte et acquisition des prémices de la gymnastique.

► GYM FORME LOISIR

Groupe mixte dès 10 ans - Pratique de 2h / semaine.
 Objectif : améliorer sa pratique de la gymnastique à son rythme, sans les enjeux compétitifs.

► LA GYM ADO ADULTE AUX AGRÈS

Groupe mixte dès 18 ans - Pratique de 2h / semaine.
 Objectif : retrouver le sensation de la gymnastique aux agrès dans un groupe convivial.

"Pratiquer ensemble pour le plaisir."

Tarifs consultables sur notre site
www.independante-stephanoise.fr
(Rubrique : les activités / horaires & tarifs)