



U.S. Talence Gymnastique

INFOS ☆ EVENEMENTS ☆ PRATIQUE Rentrée Septembre 2011



☆ La Saison 2010/2011 s'est achevée par un magnifique GALA...encore Merci à tous les participants...(photos à venir sur le site !)
Et a déjà commencée pour le secteur Féminin performance, le 22 Aout sous la direction d'Anna et Florian.

☆ Les DATES IMPORTANTES DE LA RENTREE :

☞ Lun 5 Septembre : Ouverture des inscriptions à la salle avec permanence tous les jours de **17h à 20h30**.

Possibilité aussi de télécharger le dossier sur le site internet du Club : <http://ustalence-gymnastique.net>.

Ⓛ : Les dossiers d'inscription ne seront validés qu'avec le certificat médical...question d'assurances !
(Pensez-y...et ramenez tous les documents.)

☞ Samedi 10 Septembre : **FORUM des Associations** - Parc de la Mairie à Peixoto. Le Stand de l'UST Gym de 10h à 17h, informations, démo, dossiers et inscriptions !

∞ Démonstration à 15h du secteur performance à base d'échauffement et de progression acrobatique ∞

Egalement toute la journée sur place un circuit de **BABYGYM** entrée libre pour les petits avec ateliers et découverte de la gym encadré par des entraîneurs qualifiés. (Club Labellisé Petite Enfance par la FFG)



☞ Mercredi 7 Septembre : reprise des entraînements pour les Masculins.

☞ Jeudi 8 Septembre : reprise des entraînements de la Teamgym et des Fédérales.

☞ Lundi 12 Septembre : reprise des cours de Step et Gym Adulte...

☞ Mardi 13 Septembre : reprise des entraînements pour la DR Poussine !!!

☞ Mercredi 14 Septembre : reprise du secteur Loisir : BaBy Gym et Ecole de Gym.

☞ Jeudi 15 Septembre : reprise des entraînements Division Régionale Féminine

☞ Mercredi 5 Octobre : reprise du créneau Gym Etudiants et Jeunes Adultes.

☆ Les NOUVEAUTES DE LA RENTREE :

☞ Pour la Gym Adulte les cours avec **GLIDING** : ce sont des disques compact et légers permettant d'améliorer la force musculaire, l'endurance cardio vasculaire, l'équilibre, la flexibilité, la souplessealors venez Tester et vous Amuser !!!!

☞ Egalement LA **ZUMBA** ! Phénomène mondial ! Apparue en France en fin des années 1990 // c'est une fusion entre le fitness et la danse basée sur des rythmes latinos...
Il ne vous reste plus qu'à Essayer...Femmes ou Hommes bienvenus !!!!



**** **Tous les Membres Du Club Ainsi que Son Président vous souhaitent une bonne Rentrée et une Belle Saison Gymnique** ****

