

➤ **Adresses des salles et gymnases :**

- **Les Landiers** : 2631 avenue des Landiers 73000 Chambéry (entre 123 Parebrise et Ekosport)
- **La Palestre** : square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry
- **Gymnase de Bissy** : chemin Charrière Neuve 73000 Chambéry
- **Salle Folléa** : avenue Général Cartier 73000 Chambéry (derrière la Mairie de Quartier de Bissy)

➤ **Matériel à prévoir pour les entrainements et rencontres sportives dont les compétitions :**

- gourde d'eau
- 1 élastique plastique (type Pilates, chez Décathlon par exemple)
- 1 élastique à trous Fitness
- 1 paire de poids à scratch de 500 g
- 1 corde à sa taille (corde d'escalade ou de GR)
- 1 paire de demi-pointe (GR) ou 1 paire de basket blanche (Aérobic)

Les entraîneurs peuvent conseiller ces achats.

➤ **Tenues / engins gymnastique rythmique :**

- **individuelle / solo** : il est possible d'utiliser sa tenue individuelle ou d'en louer une à l'AEB Gym Chambéry (30 € /saison avec un chèque de caution de 100.00 €). Pour les engins de GR : achat individuel (sur conseils des entraîneurs pour le respect de la réglementation).
- **ensemble / synchro** : tenues et engins (GR) identiques obligatoirement, louées 30 € pour la saison (un chèque de caution de 100,00 € sera demandé par gymnaste pour le prêt de matériel et la location de justaucorps).

TARIFS ANNUELS 2022-2023

Les frais d'inscriptions incluent :
adhésion au club : 20 € + licence FFGYM (dont assurance) : 50 €

Gymnastique Rythmique	Gymnastique Aérobic	Gymnastique Artistique	
Coupe Formation 3 Programme régional	Fédéral B	Fédéral B	330 €
Trophée Fédéral Ens. / Duo	National B synchro		350 €
Trophée Fédéral Individuelle	National B synchro + solo		600 €
Nationale Ensemble	National A synchro		450 €
Coupe Formation 4 Nationale Individuelle	National A synchro + solo		700 €

➤ **Pour les adhérents qui pratiquent deux disciplines (ex : GR + aérobic) :**

tarif 1^{ère} discipline + 50 % tarif 2^{ème} discipline (sur la base de la discipline la moins chère)
(ex : TF. Ensemble + National B synchro et solo = 600 € + 350 € /2 = 775 €)

Des réductions :

- **Les adhérents d'une même famille** : - 20 € à chaque adhérent supplémentaire (non valable pour deux adhérents de la même famille inscrits en sections loisir adultes)
- **Des réductions** : Pass' Région (photocopie à fournir), carte étudiante (photocopie à fournir), Coupons Sport de la ville de Chambéry suivant le Quotient Familial (réductions non cumulables).

Des facilités de règlement :

- En chèques, espèces, carte bancaire, Chèques Vacances (ANCV ou Coupons Sport)
- Possibilité de fractionner les frais d'inscription (les différents chèques devront être établis lors de l'inscription).



**ACTIVITES SECTEUR COMPETITION
SAISON 2022-2023**

Reprise des cours

A partir du lundi 29 Aout 2022 : reprise selon planning spécifique
Le lundi 5 septembre 2022 selon le planning 2022-2023

Les inscriptions

**Entre le lundi 20 et vendredi 24 juin 2022 inclus
du lundi au vendredi entre 10h et 19h, au siège de l'AEB Gym Chambéry
(2631 av. des Landiers 73000 Chambéry, entre 123 Parebrise et Ekosport)**

A cette occasion, les tenues et engins prêtés pour la saison précédente, devront être restitués par l'adhérent sur cette semaine.

Dès le premier cours, les adhérents devront être à jour de leurs dossiers d'inscription (dossier complet avec les justificatifs et frais d'inscription réglés) (le certificat médical pourra être remis jusqu'au 31 octobre 2022).

ATTENTION : toute inscription est DEFINITIVE. Aucun remboursement ne sera effectué à compter du 19 septembre 2022. En cas d'arrêt avant cette date, l'adhésion et la licence ne seront pas remboursés.

Besoin de plus d'informations ?

www.aebgym.fr

contact@aebgym.fr

06.16.48.76.50 / 04 56 29 67 70



GYMNASTIQUE RYTHMIQUE		
Coupe Formation 3 (Gymnastes nées en 2016 - 2015 ou 2014)		
Mercredi	10h30 - 12h30	La Palestre
Samedi	10h20 - 12h20	Gymnase de Bissy
Programme Régional		
Lundi	17h45 - 20h00	Gymnase de Bissy
Jeudi	18h30 - 20h30	La Palestre
Trophée Fédéral A / B / C -14 ans (Duo / Ensemble)		
Lundi	17h45 - 20h00	Gymnase de Bissy
Mercredi	17h00 - 19h30	La Palestre
Trophée Fédéral A 15 ans et + (Ensemble)		
Mercredi	18h15 - 21h00	La Palestre
Vendredi	18h30 - 21h15	Gymnase de Bissy
« Performance » Division Nationale (Ensemble)		
Mercredi	18h15 - 21h00	La Palestre
Jeudi	18h30 - 21h00	Gymnase de Bissy
Vendredi	18h30 - 21h15	La Palestre
Trophée Fédéral 10 / 13 ans (Individuelle)		
Mardi	17h45 - 20h00	Gymnase de Bissy
Mercredi	10h30 - 13h00	La Palestre
Samedi	11h30 - 14h00	Gymnase de Bissy
Trophée Fédéral 14 ans et + (Individuelle)		
Lundi	17h45 - 20h00	Gymnase de Bissy
Jeudi	18h30 - 21h00	Gymnase de Bissy
Samedi	11h30 - 14h00	La Palestre
« Performance » Coupe Formation 4 (Individuelle)		
Lundi	17h00 - 19h30	La Palestre
Mercredi	10h30 - 13h00	La Palestre
Jeudi	17h45 - 20h15	Gymnase de Bissy
Samedi	10h20 - 12h20	Gymnase de Bissy
« Performance » Nationales 10 / 11 ans (Individuelle)		
Lundi	17h00 - 19h30	La Palestre
Mardi	17h45 - 20h45	Gymnase de Bissy
Mercredi	10h30 - 13h00	La Palestre
Jeudi	17h45 - 20h15	Gymnase de Bissy
Samedi	11h30 - 14h00	La Palestre
« Performance » Nationales 12 ans et + (Individuelle)		
Lundi	18h00 - 20h30	La Palestre
Mardi	17h45 - 20h45	Gymnase de Bissy
Mercredi	13h00 - 16h00	La Palestre
Jeudi	17h45 - 20h15	Gymnase de Bissy
Vendredi	17h00 - 19h30	La Palestre

➤ **Cours complémentaires toutes catégories Individuelles** (obligatoires gymnastes sous convention Lycée Louis Armand / facultatif gymnastes avec aménagements horaires scolaires)

- Jeudi 15h00 - 17h00 : Les Landiers
- Vendredi 14h30 - 17h00 : La Palestre

➤ **Cours facultatifs toutes catégories « Performance » :**

- Mardi 17h00 - 18h00 : Salle Folléa
- Mercredi 16h00 - 17h00 : La Palestre : Let's Dance (uniquement gymnastes nés en 2011 et avant)
- Jeudi 17h00 - 18h00 : Salle Folléa

GYMNASTIQUE AEROBIC		
Fédéral B		
Mardi	18h15 - 20h15	Les Landiers
Mercredi	13h30 - 15h30	Les Landiers
National B 10-11		
Mardi	18h15 - 20h15	Les Landiers
Mercredi	13h00 - 16h00	Les Landiers
Vendredi	17h00 - 19h30	Les Landiers
National B 12 ans et + (1 cours sera dédié exclusivement aux solos)		
Lundi	17h00 - 19h30	Les Landiers
Mercredi	15h30 - 18h30	Les Landiers
Vendredi	18h45 - 21h15	Les Landiers
National A 10-14 ans (1 cours sera dédié exclusivement aux solos)		
Mardi	18h00 - 20h45	La Palestre
Mercredi	13h00 - 16h00	Les Landiers
Jeudi	17h00 - 19h30	Les Landiers
Vendredi	17h00 - 19h30	Les Landiers
National A Junior / Sénior (1 cours sera dédié exclusivement aux solos)		
Lundi	17h00 - 19h30	Les Landiers
Mardi	18h00 - 20h45	La Palestre
Mercredi	15h30 - 18h30	Les Landiers
Vendredi	18h45 - 21h15	Les Landiers

➤ **Cours complémentaires sections National B et National A**

(obligatoires gymnastes sous convention Lycée Louis Armand / facultatif gymnastes avec aménagements horaires scolaires)

- lundi 19h30 - 20h15 : Les Landiers (Cross Training)
- lundi 20h15 - 21h00 : Les Landiers (Stretching)
- jeudi 15h00 - 17h00 Les Landiers
- vendredi 14h30 - 17h00 Les Landiers

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE		
Fédéral B		
Mardi	18h15 - 20h15	La Palestre
Jeudi	17h15 - 19h15	La Palestre

RAPPELS

➤ **Seul le Responsable Technique a la légitimité de proposer une activité en compétition ainsi que de définir le niveau de pratique de chaque gymnaste.**

➤ **La pratique compétitive implique un engagement de la part des gymnastes mais aussi un respect scrupuleux du Règlement Intérieur de l'AEB Gym Chambéry (disponible sur aebgym.fr). En cas de manquement, le Comité Directeur se réserve le droit de prendre toutes les dispositions nécessaires (désinscription aux compétitions, modification des équipes, suspension, radiation...)**

➤ **Calendrier des compétitions : disponible sur www.aebgym.fr**

➤ **Calendrier des manifestations (galas, rencontres sportives, ...) disponible sur www.aebgym.fr**