

## TARIFS

saison 2011 / 2012

Tarif 1 .....	115 €
Tarif 2 .....	160 €
Tarif 3 .....	190 €

Cotisation annuelle calculée à partir du revenu fiscal sur présentation de votre feuille d'imposition - application d'un tarif spécial sur la base d'un quotient familial (revenu net imposable divisé par le nombre de part)

la cotisation comprend l'adhésion au club - le droit aux cours - La licence - l'assurance

## MODES DE PAIEMENT

Espèces - Chèques Vacances ANCV - Tickets Sport  
Bons CAF - Attestations CE - Pass'Sport CR Pays de la Loire  
**Nouveau** >> chèques collèges 72

Possibilité de régler la cotisation en 3 fois

## DOCUMENTS A FOURNIR

1 certificat médical postérieur au 1er août 2011 autorisant la pratique de la Gym à fournir obligatoirement avant la reprise des cours

1 photo d'identité pour le dossier d'inscription

3 enveloppes vierges de toute inscription + 3 timbres à 0,60 € avec adresse e-mail fiable ou 5 enveloppes + 5 timbres sans adresse mail

le règlement de la cotisation voir tarifs au dos

le dossier d'inscription dûment rempli fiche individuelle + autorisation parentale

## DONS AUX ASSOCIATIONS

déductions fiscales

l'AGM - club agréé  
ORGANISME D'INTERET GENERAL

## PLAN D'ACCES

2 salles de gymnastique  
accessibles par le tram



SALLE THORE  
45 rue Thoré

SALLE CAMUS  
rue A. Dubois

## AVANT GARDE DU MANS

45 rue Thoré - 72000 Le Mans

02.43.75.38.09

e-mail : avant-garde-lemans@orange.fr

## Horaires d'ouverture Secrétariat

du lundi au vendredi - 10h à 12h puis 14h à 18h  
samedi de 10h à 12h

## Retrouvez l'AGM sur Internet

site : [www.avant-garde-lemans.com](http://www.avant-garde-lemans.com)  
blog : <http://aglemans.wordpress.com>

## AVANT GARDE DU MANS



### GYMNASTIQUE

artistique masculine et féminine

### BABY GYM

de 2 à 6 ans

### GYMNASTIQUE

rythmique

### TEAM GYM

à partir de 12 ans

### TUMBLING

à partir de 10 ans

### MODERN JAZZ

à partir de 6 ans

### FITNESS

step - lia - stretching

### GYM SENIOR

gym douce - entretien

### GYM LOISIRS

à partir de 6 ans

### HIP HOP

à partir de 12 ans



### Club de DN1 GAF 2010 & 2011

Vice Champion de France Critérium 2011 avec Manon Morañçais  
Champion de France 2010 Junior avec Doriane Thobie  
Vice Champion de France DN2 2009 par équipes



## PRATIQUER UNE ACTIVITE A L'AGM

### DECOUVERTE

rentrée  
semaine du 20 septembre

Baby Gym

Petite Enfance

rentrée  
semaine du 13 septembre

Ecole de Gym  
Artistique

Ecole de gym  
rythmique

### LOISIRS

rentrée  
semaine du 20 septembre

Gym Loisirs

Modern Jazz

Fitness

Gym Senior

Hip Hop

### COMPETITION

rentrée  
semaine du 6 septembre

GAF

GAM

GR

TEAM GYM

TUMBLING

L'AGM accueille tous les enfants adhérents et non-adhérents pendant les vacances scolaires pour des stages loisirs

## AGENDA SAISON 2011 / 2012

3 sept. 2011	SPORT EN FETE	Antarès
19 nov. 2011	AG DU CLUB	Siège du club
18 jan. 2012	GALETTE DES ROIS	Gym. Camus
23 juin 2012	GALA DU CLUB	Antarès

## GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

### ECOLE DE GYM

pour débutants  
à partir de 6 ans

1 séance d'1h  
Gymnase Thoré

**Mardi**  
de 18h00 à 19h00 - pour les 10 / 13 ans

**Mercredi**  
de 15h00 à 16h15 - pour les 6 / 9 ans  
de 16h15 à 17h30 - pour les 6 / 9 ans

**Samedi**  
de 14h à 15h - pour les 6 / 12 ans  
de 15h à 16h - pour les 10 / 13 ans

### GYM LOISIRS

à partir de 12 ans  
1 séance d'1h15 - Thoré

**Mercredi**  
de 18h30 à 19h45

### COMPETITION

pour confirmés  
à partir de 6 ans

de 2 à 5 séances  
Gymnase Camus/Thoré

du lundi au samedi  
suivant l'âge et le niveau

Accessible uniquement  
après tests d'entrée



## GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

### ECOLE DE GYM

pour débutants  
à partir de 6 ans

1 séance d'1h  
Gymnase Thoré

**Mercredi**  
de 15h00 à 16h15 - pour les 6/9 ans  
de 16h15 à 17h30 - pour les 10/12 ans

**Samedi**  
de 14h à 15h - pour les 6/12 ans  
de 15h à 16h - pour les 6/12 ans

### GYM LOISIRS

à partir de 8 ans  
1 séance d'1h15  
Gymnase Thoré

**Jeudi**  
de 18h30 à 19h45

### COMPETITION

pour confirmés  
à partir de 6 ans

de 2 à 5 séances  
Gymnase Camus/Thoré

du lundi au samedi  
suivant l'âge et le niveau

Accessible uniquement  
après tests d'entrée



## GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

### ECOLE DE GYM

pour débutants  
à partir de 6 ans

de 2 à 3 séances / semaine  
Camus - Thoré

**Mercredi**  
de 14h à 15h  
1 séance d'1h  
Gymnase Thoré



## TEAM GYM

### COMPETITION

pour confirmés  
à partir de 12 ans

de 2 à 3 séances / semaine  
Camus - Thoré

du mardi au samedi  
de 18h à 20h30

Accessible uniquement  
après tests d'entrée



## TUMBLING

### DECOUVERTE

pour débutants  
à partir de 10 ans

de 2 à 3 séances / semaine  
Camus - Thoré

samedi 10 h  
suivant l'âge et le niveau

Accessible uniquement  
après tests d'entrée

### COMPETITION

pour confirmés  
à partir de 12 ans

de 2 à 3 séances / semaine  
Camus - Thoré

samedi 11h  
suivant l'âge et le niveau

Accessible uniquement  
après tests d'entrée



## BABY GYM



### PETITE ENFANCE

de 2 à 4 ans

1 séance d'1h / semaine  
Gymnase Thoré

**Mercredi**  
de 11h15 à 12h

**Samedi**  
de 11h15 à 12h

présence des parents indispensable  
3 séances consécutives d'essai

### EVEIL GYMNIQUE

de 4 à 6 ans

1 séance d'1h / semaine  
Gymnase Thoré

**Mardi (de 3 à 6 ans)**  
de 17h à 18h

**Mercredi**  
de 10h à 11h

**Samedi**  
de 9h à 10h  
de 10h à 11h



## GYM FORME LOISIR

### FITNESS

LIA - STEP -  
ABDOS

à partir de 17 ans  
Gymnase Thoré

Lundi, Mardi et Jeudi  
de 20h15 à 21h15

2 séances d'1h au choix / semaine

### GYM SENIOR

GYM ENTRETIEN

2 séances d'1h / semaine  
Gymnase Thoré

Mardi et Jeudi  
de 9h30 à 10h30



## MODERN JAZZ

### MODERN JAZZ

ENFANTS  
de 6 à 12 ans

1 séance d'1h / semaine  
Gymnase Thoré

**Mercredi**  
de 15h15 à 16h15 - 6/8 ans  
de 16h30 à 17h30 - 9/12 ans

### MODERN JAZZ

ADOS - ADULTES

1 séance d'1h / semaine  
Gymnase Thoré

**Mercredi**  
de 17h30 à 18h30 - 13/16 ans  
de 20h à 21h - à partir de 17 ans



## HIP HOP

### DANSE HIP HOP

pour débutants  
à partir de 12 ans

1 séance d'1h30 / semaine  
Gymnase Thoré

**Mardi**  
de 18h30 à 20h

