



L'école de gymnastique artistique du Haut-Richelieu

275, avenue du parc, Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J2W 1N1
Téléphone (450) 358-6546 Courriel : info@imagym.ca

PROGRAMME SPORTS-ARTS-ÉTUDES
PROGRAMME SPORT-ÉTUDES
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE
ANNÉE 2019-2020

L'école de gymnastique artistique Imagym Haut-Richelieu est un organisme à but non-lucratif qui offre des cours de niveaux récréatif et compétitif.

Le programme d'enrichissement Sports-Arts-Études ainsi que le programme Sport-Études (athlètes reconnus par le MELS) donnent, à même le calendrier scolaire, un programme d'entraînement intensif, basé sur le développement et le perfectionnement des habiletés gymniques et orienté vers l'excellence et la compétition. Il permet aux gymnastes de développer leur potentiel au maximum, sans nuire à leur cheminement académique.

Pré-requis:

Tous : Un engagement sérieux de l'athlète et des parents, ainsi qu'une excellente attitude de travail sont de première importance afin d'accéder au programme. Les entraîneurs actuels des athlètes seront questionnés à ce sujet.

Garçons : 1 an dans un programme de compétition chez Imagym dans un groupe de soir.

Filles : Niveau provincial (JO4 et plus) ou Régional 5.

Il pourrait y avoir une audition selon le nombre de demandes.

L'horaire régulier d'entraînement (septembre à juin) est du lundi au vendredi, de 14h à 18h. Il faut également prévoir 5 à 7 semaines d'entraînement durant l'été. Les gymnastes doivent se présenter en compétition trois à cinq fois durant l'année et participer au spectacle.

Les entraîneurs sont certifiés niveau 2 ou 3 du programme national de certification des entraîneurs (PNCE).

Pour les filles, le travail technique s'effectue aux engins suivants : table de saut, poutre, sol, barres asymétriques et trampoline. À cela s'ajoutent les périodes d'échauffement, de musculation et de souplesse, ainsi que le volet artistique (cours de danse et chorégraphie).

Chez les garçons, le travail technique s'effectue aux engins suivants : sol, arçons, anneaux, table de saut, barres parallèles, barre fixe et trampoline. À cela s'ajoutent les périodes d'échauffement, de musculation et de souplesse, ainsi que le volet préparation artistique.

TARIFS

Tous les coûts sont à la charge des parents et se détaillent comme suit :

Frais de cours pour septembre à juin : entre 4200\$ et 4900\$ selon le programme.

(Ce montant ne comprend pas les semaines d'entraînement au camp d'entraînement estival)

Frais de compétitions : prévoir un montant d'environ 300,00\$ à 500,00\$ selon les compétitions

Survêtements, maillots de compétition et autres : prévoir un montant d'environ 350,00\$

