



L'Association Sportive Gymnastique poursuit ses activités en 2026-2027.

Elle a pour objectif de permettre aux élèves de pratiquer la gymnastique dans un cadre dynamique et bienveillant, de développer leurs capacités physiques et motrices, tout en favorisant la confiance en soi, la rigueur et l'esprit d'entraide.

- **Objectifs principaux :**

- Découvrir et approfondir la pratique de la gymnastique,
- Développer les qualités physiques (souplesse, coordination, équilibre, gainage et renforcement musculaire),
- Apprendre à maîtriser son corps et à évoluer en toute sécurité,
- Grandir en estime de soi, se responsabiliser et développer le sens de l'entraide,
- Représenter l'établissement lors des rencontres et compétitions UGSEL.

Les séances sont ouvertes à toutes les élèves, de la 6ème à la 3ème. Elles permettent de pratiquer la gymnastique dans une ambiance conviviale et de progresser à son rythme.

Au cours de l'année, différentes activités seront proposées :

- **Activités :**

- apprentissage et perfectionnement des éléments gymniques,
- travail sur les agrès et au sol,
- développement de la souplesse, de la coordination et du renforcement musculaire,
- préparation aux compétitions scolaires,
- rencontres et participation aux championnats UGSEL.

Elle s'adresse à tous les élèves souhaitant pratiquer une activité sportive régulière et partager des moments de convivialité au sein de l'établissement.

- **Modalités pratiques :**

L'Association Sportive Gymnastique s'adresse aux élèves volontaires de tous niveaux. Les groupes seront constitués en fonction du niveau des élèves.

- L'inscription vaut engagement pour toute l'année scolaire.
- Le tarif est de 70 € pour l'année, pour environ 30 séances.
- Les entraînements ont lieu le mercredi après-midi selon la répartition suivante :
- Groupe 1 : 13h00 – 14h00
- Groupe 2 : 14h00 – 15h00

Les demandes d'inscription se font sur le lien ci-dessous
Elles seront prises en compte jusqu'au dimanche 7 septembre 2025.

[Inscription à l'AS gymnastique](#)

