

AUTOMNE 2024  
16 SEPTEMBRE au 16 DÉCEMBRE



# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF



- 4 à 6 ANS.
- NOUVELLES THÉMATIQUES À CHAQUE COURS.
- OBJECTIFS : EXPLORATION ET DÉVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR GLOBAL.

COURS	DURÉE	PARTICULARITÉS	HORAIRE
PETITE ENFANCE 4 - 6 ANS MIXTE	60 minutes	Initiation au trampoline, trampoline linéaire, double-mini et sol. Sans parent.	Samedi 10h45 - 11h45

PÔLE CARIGNAN  
2395, CHEMIN CHAMBLY

AUTOMNE 2024  
16 SEPTEMBRE au 16 DÉCEMBRE

# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF

- 7 à 16 ANS - MIXTE.
- 10 NIVEAUX.
- OBJECTIFS : DÉVELOPPEMENT DES ÉLÉMENTS DE BASE AUX 4 APPAREILS : TRAMPOLINE, DOUBLE-MINI, TRAMPOLINE LINÉAIRE, SOL.
- PROGRESSION SUIVANT LE RYTHME D'APPRENTISSAGE DE L'ATHLÈTE. DÉVELOPPEMENT DE LA MOTRICITÉ GLOBALE (COORDINATION, ÉQUILIBRE, ORIENTATION SPATIALE).
- À LA FIN DE CHAQUE SESSION, L'ATHLÈTE RECEVRA UN BULLETIN ATTESTANT LES RÉUSSITES DU PROGRAMME ÉTABLI.\*
- COURS D'UNE HEURE TRENTE PAR SEMAINE.

\*POUR COMPLÉTER UN NIVEAU, IL EST POSSIBLE QUE L'ATHLÈTE PARTICIPE À PLUSIEURS SESSIONS.

COURS	NIVEAUX	HORAIRE
7 - 9 ANS MIXTE	TOUS NIVEAUX	Samedi 12h00 - 13h30 Samedi 13h30 - 15h00 Dimanche 11h30 - 13h00 Dimanche 14h45 - 16h15
10 - 16 ANS MIXTE	TOUS NIVEAUX	Mercredi 19h30 - 21h00 Dimanche 13h00 - 14h30

PÔLE CARIGNAN  
2395, CHEMIN CHAMBLY

AUTOMNE 2024  
16 SEPTEMBRE au 16 DÉCEMBRE



# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF TUMBLING

- 8 à 16 ANS - MIXTE.
  - 10 NIVEAUX.
  - OBJECTIFS : DÉVELOPPEMENT DES ÉLÉMENTS DE BASE EN TUMBLING.
  - PROGRESSION SUIVANT LE RYTHME D'APPRENTISSAGE DE L'ATHLÈTE. DÉVELOPPEMENT DE LA MOTRICITÉ GLOBALE (COORDINATION, ORIENTATION SPATIALE).
  - À LA FIN DE CHAQUE SESSION, L'ATHLÈTE RECEVRA UN BULLETIN ATTESTANT LES RÉUSSITES DU PROGRAMME ÉTABLI.\*
  - COURS D'UNE HEURE TRENTE PAR SEMAINE.
- \*POUR COMPLÉTER UN NIVEAU, IL EST POSSIBLE QUE L'ATHLÈTE PARTICIPE À PLUSIEURS SESSIONS.

COURS	NIVEAUX	HORAIRE
TUMBLING MIXTE 8 À 16 ANS	TOUS NIVEAUX	Lundi 18h45 - 20h15

PÔLE CARIGNAN  
2395, CHEMIN CHAMBLY

AUTOMNE 2024  
16 SEPTEMBRE au 16 DÉCEMBRE

# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF

COURS   DURÉE	COÛTS*	# SEMAINES
1h / semaine	265.00\$	12 semaines
1.5h / semaine	335.00\$	12 semaines

\*Inclus : Frais d'affiliation de 35.00\$ exigé par Gym Québec.

Lorsque des cours sont annulés en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions, le Centre IONYX envoie un courriel pour informer les personnes concernées. Des plages horaires alternatives vous seront proposées selon les mêmes conditions.

- Rabais cours supplémentaire : 20% de rabais pour chaque inscription supplémentaire pour le même enfant.
- Rabais familiaux : 10% de rabais à partir du 2e enfant et ce, pour chaque inscription supplémentaire. Applicable sur la facture la plus basse.
- 100\$ frais de non-résidents de Chambly et Carignan.\*

\*Adressez-vous à votre ville pour les modalités de remboursement.

PÔLE CARIGNAN  
2395, CHEMIN CHAMBLY