

AUTOMNE 2023  
16 SEPTEMBRE AU 16 DÉCEMBRE



# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF PETITE ENFANCE



- 4 à 5 ANS.
- NOUVELLES THÉMATIQUES À CHAQUE COURS.
- OBJECTIFS : EXPLORATION ET DÉVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR GLOBAL.

COURS	DURÉE	PARTICULARITÉS	HORAIRE
PETITE ENFANCE 4 - 5 ANS (MIXTE)	60 minutes	Initiation à la trampoline, trampoline linéaire, double-mini et sol. Sans parent.	Mardi 17h30 - 18h30 Mercredi 17h30 - 18h30 Samedi 9h15 - 10h15

PÔLE SAINT-BASILE  
287 BOUL. SIR-WILFRID-LAURIER (BOISERIES MÉTROPOLITAINES)

AUTOMNE 2023  
16 SEPTEMBRE AU 16 DÉCEMBRE

# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF


## TRAMPOLINE RÉCRÉATIF

- 6 à 9 ANS - MIXTE.
  - 10 NIVEAUX.
  - OBJECTIFS : DÉVELOPPEMENT DES ÉLÉMENTS DE BASE EN TRAMPOLINE 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.\*
- \*POUR COMPLÉTER UN NIVEAU, IL EST POSSIBLE QUE L'ATHLÈTE PARTICIPE À PLUSIEURS SESSIONS.

COURS	NIVEAUX	HORAIRE
6-7 ANS MIXTE	1-2-3-4	Jeudi 17h15 - 18h45 Samedi 12h30 - 14h00
6-7 ANS MIXTE	5+	Mardi 18h45 - 20h15
8-9 ANS MIXTE	1-2-3-4	Samedi 14h15 - 15h45
8-9 ANS MIXTE	5+	Jeudi 19h00 - 20h30

PÔLE SAINT-BASILE  
287 BOUL. SIR-WILFRID-LAURIER (BOISERIES MÉTROPOLITAINES)

AUTOMNE 2023  
16 SEPTEMBRE AU 16 DÉCEMBRE



# SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF

## TRAMPOLINE 2X SEMAINE



- 6 à 9 ANS - MIXTE.
- OBJECTIFS : APPROFONDIR LES MOUVEMENTS DE TRAMPOLINE NÉCESSAIRES POUR ÉVOLUER DANS CETTE DISCIPLINE AVEC UN RYTHME UN PEU PLUS RAPIDE.
- CE VOLET EST UN TREMBLIN POUR ENTRER DANS LE SECTEUR COMPÉTITIF.
- COURS DE DEUX HEURES, UNE FOIS LA SEMAINE ET UNE FOIS LA FIN DE SEMAINE.
- TOUS LES NIVEAUX ACCEPTÉS.

COURS	HORAIRE
6-9 ANS MIXTE	Mercredi 18h30 - 20h30 Samedi 10h15 - 12h15

PÔLE SAINT-BASILE  
287 BOUL. SIR-WILFRID-LAURIER (BOISERIES MÉTROPOLITAINES)

AUTOMNE 2023  
16 SEPTEMBRE AU 16 DÉCEMBRE

SPORTS DE TRAMPOLINE | SECTEUR RÉCRÉATIF

COURS   DURÉE	COÛTS	# SEMAINES
1h / semaine	257.00 \$	12 semaines
1.5h / semaine	323.00 \$	12 semaines
2h / semaine	407.00 \$	12 semaines
3h / semaine	445.00\$	12 semaines
4h / semaine	491.00 \$	12 semaines

\*Inclus : Frais d'affiliation de 35\$ exigé par Gym Québec. Une fois par année.

- 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 St-Basile\*.

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

PÔLE SAINT-BASILE  
287 BOUL. SIR-WILFRID-LAURIER (BOISERIES MÉTROPOLITAINES)