



# Horaires & protocole d'inscription loisirs

Saison 2024 – 2025

Détails des activités loisirs au d'Urkirolak GYM :

Nom du groupe	Descriptif	Créneaux disponibles
<b>Parents/Enfants 1 à 3 ans mixtes</b>	Apprendre à connaître et à maîtriser son corps, bouger, développer ses habiletés motrices, cognitives et sociales au travers de jeux, de parcours moteurs et d'ateliers ludiques.	Mercredi de 10h à 10h45
<b>Éveil Gym 2 à 5 ans</b>		Mercredi de 9h15 à 10h Samedi 10h à 10h45
<b>Loisirs GAF 5 à 8 ans</b>	Apprendre à maîtriser les bases techniques et des premières acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique (sol, saut, barres, poutre, trampoline).	Mercredi 13h30 à 15h Samedi de 11h à 12h15
<b>Loisirs GAF 9 à 11 ans</b>	Apprendre et Approfondir les bases techniques et les acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique (sol, saut, barres, poutre, trampoline).	Vendredi de 17h à 18h30 Samedi de 13h30 à 15h
<b>Loisirs GAF 12 ans et plus</b>	Accessible à tous niveaux, débutants comme confirmés. Objectifs : acrobaties, renforcement musculaire, assouplissement, Création de projet, gym aux agrès (sol, saut, barres asymétriques, fixe, parallèles...)	Mercredi de 17h à 18h30 Vendredi de 18h30 à 20h
<b>Loisirs GAM 5 à 8 ans</b>	Apprendre à maîtriser les bases techniques et des premières acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique (sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe, trampoline).	Samedi de 11h à 12h15
<b>Loisirs GAM 9 à 11 ans</b>	Apprendre et Approfondir les bases techniques et les acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique (sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe, trampoline).	Samedi de 13h30 à 15h
<b>TEAMGYM 12 ans et plus mixte</b>	Apprendre à maîtriser les bases techniques, les acrobaties et la chorégraphie sur les agrès de la TEAMGYM (sol, mini-trampoline/ saut et tumbling).	Mardi de 19h à 21h Vendredi de 19h à 21h
<b>Parkour 8 à 10 ans mixtes</b>	Apprentissages des bases techniques et sécuritaires des arts du déplacement et des premières acrobaties.	Jeudi de 18h30 à 19h30
<b>Parkour 10 ans et plus mixte</b>	Apprentissages et approfondissement des bases techniques et sécuritaires des arts du déplacement et des diverses acrobaties. Découverte des différentes pratiques liées aux arts du déplacement (Free run, Parkour, Tricking, Poursuite, Training, ...).	Mercredi de 17h30 à 19h30
<b>Gym adultes mixte</b>	Accessible à tous niveaux, débutants comme confirmés. Objectifs : prendre du plaisir, renforcement musculaire, assouplissement, acrobaties, gym aux agrès (sol, saut, barres asymétriques, fixe, parallèles, poutre, arçons, anneaux, trampoline).	Mardi de 19h30 à 21h

## Planning des activités :

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
9h00			ÉVEIL GYM 2/5 ans mixte de 9h15 à 10h				
10h00			Parents/Enfants 1/3ans mixte de 10h à 10h45			ÉVEIL GYM 2/5 ans mixte de 10h à 10h45	
11h00						Loisirs GAF 5/8 ans filles de 11h à 12h15	Loisirs GAM 5/8 ans garçons de 11h à 12h15
12h00							
13h30			Loisirs GAF 5/8 filles de 13h30 à 15h			Loisirs GAF 9/11 ans filles de 13h30 à 15h	Loisirs GAM 9/11ans garçons de 13h30 à 15h
15h00					Loisirs GAF 9/11 ans de 17h à 18h30		
16h00							
17h00			Dream Gym 12 ans et + mixte de 17h à 18h30		Dream Gym 12 ans et + mixte de 18h30 à 20h		
18h00				Parkour 8/10 ans mixtes de 18h30 à 19h30			
19h00		Gym adultes mixtes de 19h30 à 21H	TEAM GYM* de 19h00 à 21H	Parkour + 10 ans et + mixtes de 18h30 à 20h30		TEAM GYM* de 19h00 à 21H	Parkour avancé 14ans et + mixtes* de 19h à 21h
20h00							
21h00							
* Cours sur conditions, se renseigner auprès des entraîneurs.							

## Quelques informations complémentaires :



**Pas de permanence d'inscription cette année, tout se fait en ligne :**

- Dossier d'inscription
- Documents à fournir
  - o Questionnaire de santé
  - o Attestation d'assurance
- Paiements



**Lien Kanas (dossier d'inscription) :**

[https://backoffice.kanas.com/action\\_manager.php?event=hire&id=5647&s=1](https://backoffice.kanas.com/action_manager.php?event=hire&id=5647&s=1)

**Lien Hello Asso (paiement) :**

<https://www.helloasso.com/associations/urkirolakgym/adhesions/inscription>

**Contacts :**



Adresse mail de contact : [urkirolakgym@outlook.fr](mailto:urkirolakgym@outlook.fr)



Site web : <https://www.urkirolak-gym-saint-jean-de-luz.com/>



[urkirolak\\_gym](https://www.instagram.com/urkirolak_gym)



Maylis Urkirolak