

TEEN'S GYM

La gym comme j'aime

SAISON 2025 - 2026

ANNÉES D'ÂGES concernées : 2014 et avant

Lieu d'entraînement : SPORTENUM, Allée des Sports 68300 SAINT-LOUIS

HORAIRES : Mardi de 17h45 à 18h45

LE PROGRAMME TEEN'S GYM :

Pour une pratique ludique pour tous.
Le programme TEEN'S Gym est destiné à un public souhaitant découvrir la Gymnastique et progresser en douceur au travers de programmes spécialement étudiés pour une pratique de loisir.

Les bonnes raisons de faire de la TEEN'S Gym :
Une activité ludique, non compétitive, accessible à tous quel que soit mon niveau, le nombre de séances, je progresse à mon rythme. Mon entraîneur de club me conseille sur mon niveau d'entrée dans le programme.

GYM SAINT-LOUIS

SPORTENUM Alain Girny

Allée des Sports

68300 SAINT-LOUIS



contact@gym-saint-louis.com



www.gym-saint-louis.com

Avec le soutien de :



GYM SAINT-LOUIS

SAISON 2025 — 2026

**GYM
LOISIR
POUR
LES
JEUNES**



BABY GYM



ÉVEIL GYM



KID'S GYM



TEEN'S GYM

BabyGym

SAISON 2025 - 2026

ANNÉES D'ÂGES concernées : 2021-2022-2023

Lieu d'entraînement: SPORTENUM, Allée des Sports et École Baerenfels, Rue Anne de Gohr

HORAIRES

MERCREDI (École Baerenfels)

- 08h30 à 9h20 pour enfants nés en 2021-22-23
- 9h30 à 10h20 pour enfants nés en 2021-22-23
- 10h30 à 11h20 pour les enfants nés en 2021-22-23

SAMEDI (Sportenum)

- 09h00 à 09h50 pour les enfants nés en 2023
- 10h à 10h50 pour les enfants nés en 2021-22
- 11h à 11h50 pour les enfants nés en 2021-22

PRÉSENCE D'UNE PERSONNE MAJEURE OBLIGATOIRE

Les raisons de faire de la Baby Gym :
Un lieu réservé à la Baby Gym. Le gymnase est une structure aménagée qui peut devenir un magnifique terrain de jeu sécurisé et adapté au développement psychomoteur de l'enfant.

Une activité en famille. Tous les parents s'émerveillent des prouesses et des progrès de leurs enfants.

Dans les clubs FFG, les parents, les grands parents ou les nounous sont accueillis pour participer à la séance de Baby Gym..

Parce que l'enfant à besoin de bouger, les activités de la Baby Gym ont été pensées en fonction de son comportement : marcher, sauter, rouler, se balancer, jouer, imiter, imaginer, explorer deviennent des projets auxquels les clubs de la FFGym donnent forme.



ÉVEIL GYM + G.R.

SAISON 2025 - 2026

ANNÉES D'ÂGES concernées : 2018-2019-2020

Lieu d'entraînement : SPORTENUM, Allée des Sports 68300 SAINT-LOUIS

HORAIRES : MARDI de 16H30 à 17h30

Dans la continuité de la Baby Gym, l'Éveil Gymnique va poursuivre le renforcement et l'épanouissement de toutes les capacités psychologiques, corporelles et affectives de votre enfant.

Cette gymnastique est essentiellement abordée par le plaisir et par le jeu, au travers d'une multitude de situations et d'exercices sur un matériel pédagogique adapté. L'enfant commencera à se mesurer au risque en étant dans un environnement sécurisé.



KID'S GYM

SAISON 2025 - 2026

ANNÉES D'ÂGES concernées:2015-2016-2017

Lieu d'entraînement : SPORTENUM, Allée des Sports 68300 SAINT-LOUIS

HORAIRES :

MERCREDI de 09h45 à 10h45
MERCREDI de 11h00 à 12h00

Activité pour une pratique de la gymnastique sans objectif de compétition

**TOUTES NOS ACTIVITÉS
SONT ENCADRÉES PAR DES PROFESSIONNELS
DIPLOMÉS D'ÉTAT**