

BABYGYM & LOISIR GAF & GAM

BABYGYM (Filles et Garçons)

Contenu : éveil psychomoteur sous forme de parcours et jeux divers...



BABYGYM 1 & 2

Enfants nés en 2023 et 2024 (15 mois révolus) :

- Samedi : 10H00 à 10H45
 - Samedi : 11H00 à 11H45
- 1 créneau au choix
Avec présence d'un parent obligatoire

BABYGYM 3 & 4

Enfants nés en 2021 et 2022 :

- Lundi : 16H45 à 17H45
 - Jeudi : 16H45 à 17H45
 - Samedi : 13H30 à 14H30
- 1 créneau au choix
Sans la présence d'un parent

BABYGYM 5

Enfants nés en 2020

- Mardi : 16H45 à 17H45
 - Vendredi : 16H45 à 17H45
- 1 créneau au choix
Sans la présence d'un parent

ECOLE DE SPORT – AccessGym

Contenu : découverte de la gymnastique sur agrès - apprentissage des éléments de base

ACCESS 1 (Gymnastique Féminine et Masculine)

Enfants nés en 2019 et avant :

- Mercredi : 13H30 à 15H15
 - Samedi : 13H15 à 15H00
- 1 créneau au choix

ACCESS 2 (Gymnastique Féminine et Masculine)

Enfants ayant validé l'Access 1:

- Mercredi : 15H30 à 17H30

ACCESS 3 (Gymnastique Féminine et Masculine)

Enfants ayant validé l'Access 2:

- Samedi : 15H00 à 17H00

GYMNASTIQUE ADULTES

Gymnastique d'entretien Adulte (à partir de 18 ans)

Contenu : renforcement musculaire, étirements, relaxation...

- Mercredi : 18H45 à 20H00

Gymnastique Agrès Adulte (à partir de 18 ans) – Team Vintage

Contenu : Gymnastique adultes aux agrès

- Vendredi : 19H00 à 21H00

GROUPE PROXIMITE

Gymnastes ayant validé l'Access 3

Contenu : Gymnastique aux agrès avec une compétition à finalité départementale

- Samedi : 9H00 à 11H00

SECTEUR COMPETITIF : GAF – GAM COMPETITION & PERFORMANCE

Contenu : approche plus affinée de la gymnastique en vue de la pratique de performance

Enfants détectés en éveil gymnique ou école de gym selon leurs aptitudes physiques et leur motivation

De 4 à 15H d'entraînement par semaine suivant planning / classe primaire pour les gymnastes issues du secteur performance avec un aménagement du temps scolaire

Pour tout renseignement :

Site du club : <http://avenirmontalbanais.fr>

courriel : avenir.montalbanais@aol.fr

Téléphone : **06.71.55.87.31** (horaires de bureau en semaine)

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac • 2 Rue du Général d'Amade • 82000 Montauban

Pour tout savoir, suivez-nous sur Facebook!



SECTEUR LOISIR

BABYGYM

BabyGym 1-2 (15 mois révolus) Fille/Garçon

BabyGym 3-4 (3 et 4 ans) Fille/Garçon

BabyGym 5 (5 ans) Fille/Garçon



ECOLE DE SPORT

ACCESS 1 (à partir de 6) Fille/Garçon

ACCESS 2 (après validation A1) Fille/Garçon

ACCESS 3 après validation A1) Fille/Garçon

GYMNASTIQUE D'ADULTES

Gym d'entretien (à partir de 18 ans) Femme/Homme

Gym aux agrès (à partir de 18 ans) Femme/Homme

Tests

Tests

SECTEUR COMPETITIF

DETECTION

Compétition et Performance

GAF (Gymnastique Artistique Féminine)

COMPETITION

GAF (Gymnastique Artistique Féminine)

GROUPE PROXIMITE

Une compétition à finalité Départementale
(après validation A3)
Gymnastique Féminine et Masculine

Accès aux compétitions possible sous certaines
conditions de niveau



Le club c'est Vous !

L'Avenir Montalbanais est un club qui fonctionne grâce à l'alliance efficace de 4 professionnels et 60 bénévoles administratifs et techniques.

Bien sûr cette équipe est ouverte à toutes nouvelles bonnes volontés !

Si vous êtes intéressés par la vie associative, vous trouverez forcément votre place au club...

N'hésitez pas à vous faire connaître auprès d'un responsable.

Nous vous attendons !

L'Avenir Montalbanais Gymnastique vous propose plusieurs disciplines compétitives ou de Loisir

La gymnastique est accessible pour tous, à tous les âges et pour toutes les envies !

BabyGym - Ecole de sport - Gymnastique pour Adultes – Groupe Proxi. - Détection GAF - Compétition GAF et GAM



Le club est affilié à la FFG **Fédération Française de Gymnastique** et est labélisé **Petite Enfance**
En 2022 L'Avenir Montalbanais a obtenu de la FFGYM le label QualiClub ARGENT



Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac • 2 Rue du Général d'Amade • 82000 Montauban

Site: <http://avenirmontalbanais.fr> | Courriel: avenir.montalbanais@aol.fr | Tél : 06.71.55.87.31 | suivez-nous sur Facebook

- Club fondé en 1886
- Association loi 1901
- 2 co-présidents
- 650 Licenciés en 2025
- 3 cadres techniques permanents
- 1 service civique
- 3 diplômés d'état et 10 diplômés fédéraux
- 40 entraîneurs et 16 juges bénévoles
- Formation interne au club