

Planning des cours SAISON 2025 / 2026



		JOUR	HORAIRE	GYMNASE
Petite enfance	Babygyms (2023 avec 1 parent) (2 ans révolu en septembre)	MERCREDI	9H00 - 9H45	Massot
	Babygyms (2022)	MERCREDI	9H00 - 9H45	Massot
	Babygyms (2021)	MERCREDI	16H35 - 17H35	Quincieu
	Minipouss (2020)	MERCREDI	17H40 - 18H40	Quincieu

Loisirs (1 cours/semaine)	GAM Poussins, Benjamins & Minimes (2013 à 2019)	LUNDI	17H30 - 19H	Quincieu
	GAF Poussines (2017 à 2019) 1 créneau au choix	MERCREDI	13H15 - 14H45	Quincieu
		SAMEDI (1)	13H30 - 15H	Quincieu
	GAF Benjamins (2015/2016) 1 créneau au choix	MERCREDI	14H50 - 16H20	Quincieu
		SAMEDI (1)	15H - 16H30	Quincieu
	GAF Minimes Cadettes (2011 à 2014) 1 créneau au choix	MERCREDI	18H45 - 20H15	Quincieu
		SAMEDI (1)	16H30 - 18H00	Quincieu
GAF/GAM Junior - Sénior (2010 et avant)	MARDI	19H45 - 21H15	Massot	
GAF "Jeunesse" (2001 à 2010)	SAMEDI (1)	18H00 - 19H30	Quincieu	

GAF : Gymnastique Artistique Féminine

GAM: Gymnastique Artistique Masculine

Compétition (2 ou 3 cours/ semaine)		JOUR	HORAIRE	GYMNASE	JOUR	HORAIRE	GYMNASE
	GAF Poussines (2017 à 2019)	MERCREDI	10H00 - 12H00	Massot	SAMEDI (1)	9H15 - 11H	Massot
	GAF Benjamins (2015/2016)	MERCREDI	10H00 - 12H00	Massot	SAMEDI (1)	9H15 - 11H	Massot
	GAM (2015 à 2019)	LUNDI	17H30 - 19H15	Quincieu	JEUDI	17H30 - 19H15	Massot
	GAM (2014 et avant)	LUNDI	18H45 - 21H00	Quincieu	JEUDI	18H45 - 21H00	Massot
	GAF "Collège" (2011 à 2014)	MARDI	18H00 - 19H45	Massot	JEUDI	18H00 - 19H45	Massot
	possibilité pour les GAF "Collège" en 6ème (2014)	MARDI	18H00 - 19H45	Massot	SAMEDI (1)	11H00 - 12H45	Massot
	GAF "Lycée" (2010 et Avant)	MARDI	18H30 - 20H30	Massot	JEUDI	19H30 - 21H15	Massot
CLASSE GYM (2011 à 2014)	MARDI	16H15 - 18H00	Massot	JEUDI	16H15 - 18H00	Massot	

Cours obligatoires

JOUR	HORAIRE	GYMNASE
SAMEDI (1)	11H00 - 12H45	Massot
SAMEDI (1)	11H00 - 12H45	Massot
SAMEDI (1)	11H00 - 12H45	Massot
SAMEDI (1)	11H00 - 12H45	Massot

(1) Par exception, en 2026, quelques cours sont susceptibles d'être annulés en raison du calendrier compétitif

Cours TEAM au dos ⇨

Planning des cours SAISON 2025 / 2026



		JOUR	HORAIRE	GYMNASE	PÉRIODES	HORAIRE	GYMNASE	PÉRIODES
Compétition (1 cours/semaine)	Team Gym "Collège" mixte	VENDREDI	18H00 - 20H00	Quincieu	1 et 3	18h00-20h00	Massot	2 et 4
	Team Gym "Lycée" mixte (1)	VENDREDI	20h00 - 22h00	Quincieu		20h00 - 22h00	Massot	
	Team Gym "Collège/Lycée" mixte FED B (2)	VENDREDI	19H30 - 21H00	Quincieu		19h30 -21h00	Massot	
	Team Gym "Adulte" mixte (2001 et Avant)	VENDREDI	18h00 - 19h30	Quincieu		18h00 - 19h30	Massot	
	PÉRIODE 1	Du 01/09/2025 au 15/11/2025						
	PÉRIODE 2	Du 16/11/2025 au 24/01/2026						
	PÉRIODE 3	Du 25/01/2026 au 18/04/2026						
	PÉRIODE 4	Du 19/04/2026 au 03/07/2026						
Attention! Changement de lieu d'entraînement selon la période								

(1) Des collégiens ou jeunes adultes pourront aussi être acceptés dans ce groupe mais les lycéens seront prioritaires

(2) Les jeunes adultes sont acceptés dans ce groupe

Le choix du groupe de Team fera l'objet d'une validation par l'entraîneure.