



# GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

## COURS LOISIRS

### ASR ANTONY



Cette année, votre enfant est inscrit à la gymnastique rythmique au club de l'ASRA en pôle Loisir = 1 cours par semaine de 1h15.

**Durant l'année votre enfant participera à 3 spectacles**  
(dates importantes à retenir, soumises à l'aval de la mairie)

GALA DE NOEL: Vendredi 20 Décembre 2019

COUPE LOISIR: Samedi 21 Mars 2020

GALA DE FIN D'ANNEE Samedi 20 Juin 2020

(répétition générale le mercredi 17 juin 2020)

#### **Les fêtes proposées à vos enfants durant l'année**

La Fête d'Halloween: le jeudi 31 octobre 2019 à Velpeau à partir de 18h

La Kermesse de fin d'année: Le Mercredi 24 juin 2020.

#### **La tenue des gymnastes pour les entrainements:**

Short et débardeur de sport: Débardeur du club disponible au prix de 12€

Legging sous le short lorsqu'il fait froid

Une paire de claquettes (pour marcher en dehors du tapis)

Une paire de demi-pointes: vendue par le club en début d'année.

**Coiffure:** Un chignon haut (voir la fiche explicative jointe)

#### **Le matériel à avoir à chaque cours:**

Une bouteille d'eau

Un cahier de GR et un stylo pour y mettre toutes les informations données durant l'année par papier: toutes les informations données sont sur notre site internet.

#### **Les contacts:**

Pour toutes informations veuillez consulter notre site internet

[asrantonny.fr](http://asrantonny.fr)

Veillez prévenir l'entraîneur de votre enfant en cas d'absence de celui-ci à un cours ou pour tout autre demande:

**Amélie MAIREAUX - 06 07 01 10 84**

**Coralie HENDOUZE - 06 98 12 65 55**

**Hélène BOUVIER - 06 64 38 02 84**

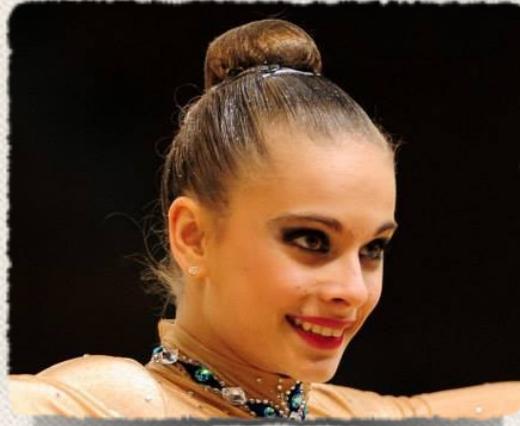
**Peterson CEUS - 06 31 41 69 59**

**Romane BEZ - 07 83 66 84 75**

**Myriam GABAUT - 06 87 49 85 43**

**ASR  
Antony**

# Pour Faire Un Chignon



Une Brosse



Un Peigne



Du Gel



De la Laque

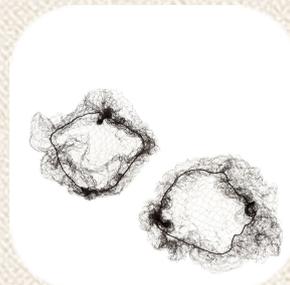
## Voici Le Matériel Nécessaire



Des Elastiques



Des Pincés  
à chignon



Un Filet à  
chignon  
(invisible)



Des Barrettes

Tutoriel Video Sur Le Site [Asrantonny.fr](http://Asrantonny.fr)

