

*LIVRET D'ACCUEIL*

**BABY GYM**

**ERMONT**  
**CLUB GYMNIQUE**

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**



## SOMMAIRE

|          |   |          |
|----------|---|----------|
| <b>1</b> | <b>PRÉSENTATION DU CLUB</b>   | <b>3</b> |
| <b>2</b> | <b>PRÉSENTATION DES ENTRAINEURS</b>                                     | <b>3</b> |
| <b>3</b> | <b>LES TENUES VESTIMENTAIRES</b>  | <b>3</b> |
| <b>4</b> | <b>THÈMES DES SÉANCES</b>   | <b>4</b> |
| <b>5</b> | <b>DÉROULEMENT DE LA SÉANCE POUR LES ENFANTS DE 3 ET 4 ANS</b>          | <b>4</b> |
|          | 5.1 DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE  | 4        |
|          | 5.2 RÈGLES À RESPECTER POUR LES PARENTS :                               | 4        |
| <b>6</b> | <b>DÉROULEMENT DE LA SÉANCE POUR LES ENFANTS DE 15 MOIS ET DE 2 ANS</b> | <b>5</b> |
|          | 6.1 DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE :  | 5        |
|          | 6.2 CONDUITES À TENIR POUR LE PARENT ACCOMPAGNATEUR                     | 5        |
| <b>7</b> | <b>PÉRIODES DE VACANCES</b>   | <b>6</b> |
| <b>8</b> | <b>INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES ET CONTACTS UTILES</b>                  | <b>6</b> |

## 1 PRÉSENTATION DU CLUB

Le club gymnique d'Ermont est affilié à la FFGYM. Il est labellisé petite enfance depuis 2014. Le Club compte plus de 550 adhérents. On peut pratiquer la Gymnastique Artistique Fille et Garçon, La Gymnastique Rythmique, La Team Gym. La Gym Loisir le handi gym, Fitness et la Gym Santé.

Les séances de baby gym ont lieu au gymnase Gaston REBUFFAT et se découpent selon les horaires et les groupes suivants :

Séance du samedi pour les enfants de 3 et 4 ans :

- 9h à 9h45 => groupe 3A
- 9h50 à 10h35 => groupe 3B
- 10h40 à 11h40 => groupe 4A
- 11h45 à 12h45 => groupe 4B

Séance du dimanche pour les enfants de 15 mois et 2 ans :

- 9h à 9h45 => groupe pitchouns (15 mois)
- 9h50 à 10h35 => groupe 2A
- 10h40 à 11h25 => groupe 2B
- 11h30 à 12h15 => groupe 2C

Séance pour les 3 / 4 ans

- Mercredi 10h00 à 10h45

## 2 PRÉSENTATION DES ENTRAINEURS

Les entraîneurs qui encadrent les cours de baby gym du week-end sont **Marine** et **Fabiola**, **Le mercredi Rim**. A titre exceptionnel, d'autres entraîneurs peuvent prendre en charge les cours de vos enfants.

## 3 LES TENUES VESTIMENTAIRES

- Les enfants doivent avoir des tenues adaptées à la pratique sportive (jogging, tee-shirt, short, legging)
- **Pas de chaussons**. Les enfants sont en chaussette ou pieds nus dans la salle spécialisée.
- Les cheveux doivent être attachés
- Les bijoux ne sont pas autorisés.
- L'entraîneur n'est en aucun cas responsable de la perte ou la détérioration des bijoux.
- Les enfants de 3 et 4 ans doivent avoir une bouteille d'eau

## 4 THÈMES DES SÉANCES

Les séances sont fragmentées sur l'année en plusieurs thème de travail :

- De la rentrée aux vacances de la Toussaint => Equilibre et déplacements
- De la Toussaint à Noël => Saut et Espace
- De janvier à février => Rotations
- De février à Pâques => Coopération et cran
- De Pâques à juin => répétition des différents thèmes et préparation du gala.

Chaque week-end avant les vacances scolaires, les séances auront un thème différent :

- Le samedi 30/09/23 et dimanche 01/10/23 : "week-end des doudous". Les enfants peuvent venir avec leur doudou ou une peluche de leur choix.
- Le samedi 23/12/23 et dimanche 24/12/23 : "Noël au club"
- Le samedi 10/02/23 et le dimanche 11/02/23 : "week-end déguisement". Les enfants viennent déguisés pour la séance.
- Le samedi 30/03/23 et le dimanche 31/03/23 : "la chasse aux œufs".

Ces séances permettront à votre enfant d'avoir une séance plus ludique avant chaque vacance scolaire.

Un gala aura peut-être lieu en fin d'année 2023 et/ou en juin 2024. La date de celle-ci vous sera communiquée ultérieurement. Selon le thème choisi, une tenue peut vous être demandée pour le spectacle.

## 5 DÉROULEMENT DE LA SÉANCE POUR LES ENFANTS DE 3 ET 4 ANS

### 5.1 Déroulement d'une séance :

- 5 mn pour l'appel
- 10 mn d'échauffement des muscles sous forme de jeux divers ou de danse
- 30 à 35 mn de parcours et ateliers divers selon les thèmes
- 10 mn de retour au calme

### 5.2 Règles à respecter pour les parents :

- La présence des parents est tolérée durant les deux premières séances de septembre.
- ***Attention*** : *vous pouvez mettre votre enfant en danger si vous attirez son attention derrière la baie vitrée. Veillez à rester discret lors de vos observations.*
- Les parents peuvent aussi assister à la séance qui précède chaque vacance scolaire afin de voir les progrès de leur enfant.

- Les horaires de début et de fin de cours doivent être respectés.
- Afin de respecter les cours précédents, vous devez attendre l'ouverture de la porte de la salle par l'entraîneur.
- Fournir à votre enfant une bouteille d'eau.
- Emmener votre enfant aux toilettes avant la séance si besoin.

**N.B.** : *Légalement l'entraîneur n'a pas le droit d'accompagner votre enfant aux toilettes.*

- **Afin de respecter le droit à l'image, les photos ou vidéos sont strictement interdites dans la salle ou au travers de la baie vitrée.**

Sur demande, l'entraîneur peut vous autoriser à prendre une photo de votre enfant si la salle est vide.

Des séances de découvertes des cours supérieurs seront proposées en fin d'année aux enfants de 4 ans. Les dates vous seront communiquées par l'entraîneur.

## 6 DÉROULEMENT DE LA SÉANCE POUR LES ENFANTS DE 15 MOIS ET DE 2 ANS

Pendant l'année, votre enfant apprend des notions telles que l'équilibre, le cran, les déplacements, les sauts, la suspension, la latéralité. Mais il travaillera aussi l'attention, l'écoute, les couleurs, l'adresse, les formes, la confiance en soi et le dépassement de soi.

### 6.1 Déroulement d'une séance :

- 5 mn pour l'appel
- 35 mn de parcours
- 5 mn de retour au calme (musique et coussin)

Durant la séance, un temps de jeu ou de danse peut être proposé avant ou pendant la séance selon le besoin général des enfants.

Les parcours seront différents et évolutifs au fil de l'année.

Les séances de babygym des enfants de 15 mois et 2 ans se découpent selon les trimestres suivants :

- De septembre à décembre => le parent accompagne son enfant sur tout le parcours
- De janvier à mars => le parent se positionne sur un atelier qu'il choisit et aide tous les enfants qui passent sur son atelier.
- D'avril à juin => le parent reste assis (à un atelier ou en retrait) dans la salle et c'est l'entraîneur qui accompagne les enfants.

### 6.2 Conduites à tenir pour le parent accompagnateur :

- La présence d'un parent accompagnateur est **obligatoire**.

- ***N.B*** : le deuxième parent et les fratries sont tolérés à l'écart dans la salle dans la mesure où ils n'interviennent pas lors de la séance et ne troublent pas le cours.
- Vous êtes le référent affectif donc votre enfant va vous imiter. Ce pourquoi il est important de participer aux jeux de mise en train et de leur montrer l'exemple sur certains ateliers.
- Encourager chaque initiative ou progression de votre enfant, aussi minime soit-elle.
- Aider votre enfant si besoin mais surtout accompagner le, sans le forcer.
- Ayez confiance en votre enfant.
- Rassurer votre enfant et ne pas minimiser ses appréhensions.
- Être à l'écoute de votre enfant.
- Ne pas comparer les enfants. Ils sont tous différents et tous uniques.
- Et surtout, amusez-vous avec votre enfant !!!!!

## 7 PÉRIODES DE VACANCES

Les cours ne sont pas assurés durant les vacances scolaires.

Les périodes de vacances pour les enfants de baby gym sont les suivantes :

- Du 23/10/23 au 05/11/23
- Du 25/12/23 au 07/01/24
- Du 12/02/24 au 25/02/24
- Du 08/04/24 au 21/04/24

Les cours prendront fin le week-end du 06 et 07/07/24.

## 8 INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES ET CONTACTS UTILES

En cas d'absence de votre enfant ou de questions particulières, veuillez envoyer un texto à Fabiola au 06.29.12.81.52 en précisant le nom, prénom et section de votre enfant.

**Le secrétariat ne traite que les questions administratives.**

Liens Avec le club

[contact@ermontgym.com](mailto:contact@ermontgym.com)

[www.ermontgym.com](http://www.ermontgym.com)

<https://www.facebook.com/groups/ermontgym>

[https://www.instagram.com/cg\\_ermont/](https://www.instagram.com/cg_ermont/)

**Le club vous souhaite une bonne année sportive !!!!!**