



# IMAGYM

**Concentration sportive et artistique et Sport-Étude**  
*année scolaire 2023-2024*

## CSA-SÉ à IMAGYM

L'école de gymnastique artistique Imagym Haut-Richelieu est un organisme à but non-lucratif qui offre des cours de niveaux récréatif et compétitif. Le programme d'enrichissement Concentration sportive et artistique ainsi que le programme Sport-Études (athlètes reconnus par le MELS) donnent, à même le calendrier scolaire, un programme d'entraînement intensif, basé sur le développement et le perfectionnement des habiletés gymniques et orienté vers l'excellence et la compétition. Il permet aux gymnastes de développer leur potentiel au maximum, sans nuire à leur cheminement académique.

### Tarifs

**Tous les coûts sont à la charge des parents et se détaillent comme suit :**

**Frais d'entraînement** pour septembre à juin : entre 4 500,00\$ et 6 000,00\$ selon le niveau (ce montant ne comprend pas les semaines d'entraînement au camp d'entraînement estival)

**Frais de compétitions** : prévoir un montant d'environ 300,00\$ à 500,00\$ selon les compétitions.

**Survêtements, maillots** de compétition et autres : prévoir un montant d'environ 350,00\$

## Caractéristiques et pré-requis

L'horaire régulier d'entraînement (septembre à juin) est du lundi au vendredi et samedi matin selon le niveau, de 15 à 24 heures par semaine. Il faut également prévoir 5 à 7 semaines d'entraînement durant l'été. Les gymnastes doivent se présenter en compétition trois à cinq fois durant l'année et participer au spectacle. Les entraîneurs sont certifiés niveau 2 ou 3 du programme national de certification des entraîneurs (PNCE).

Pour les gymnastes de la catégorie régional 5 de l'année en cours (ou d'un autre club qu'Imagym) qui désirent faire une demande, une évaluation en gymnase sera nécessaire. Celle-ci aura lieu sur rendez-vous avant le 15 octobre. Veuillez contacter [nguimond@imagym.ca](mailto:nguimond@imagym.ca)

Pré-requis **GAF**: JO4 et +.

Pour les **filles**, le travail technique s'effectue aux engins suivants : table de saut, poutre, sol, barres asymétriques et trampoline. À cela s'ajoutent les périodes d'échauffement, de musculation et de souplesse, ainsi que le volet artistique (cours de danse et chorégraphie).

Pré-requis **GAM**: Provincial 2 et +.

Chez les **garçons**, le travail technique s'effectue aux engins suivants : sol, arçons, anneaux, table de saut, barres parallèles, barre fixe et trampoline. À cela s'ajoutent les périodes d'échauffement, de musculation et de souplesse, ainsi que le volet préparation artistique.