



**Saison 2020 - 2021**

**GYM – ACRO - TRAMPO**

Remise en Forme Adulte  
Baby - Gym -- Eveil Gym  
et Petite Enfance

## US LE ROCHER GAT MERLEBACH

**Siège Social :** Mme OSMUK – Viviane  
38 , rue Ronsard - 57800 FREYMING-MERLEBACH

**N° :** 03 87 04 65 24 au COSEC, tous les soirs après 17h

**Lieu des activités :** Gymnase COSEC, Rue de la Sarre

**Bureau :** Président : HOLLEVOET Pascal  
4 Rue Lampaden - 57800 COCHEREN  
Port. : 06.84.28.01.89

### Planning des entrainements :

au C O S E C gymnase rue de la Sarre		
Catégorie et âge	Jours	Horaires
Baby-Gym 2 ans et +	samedi	10h45 à 11h30
Eveil – Gym	samedi	9h15 à 10h15
Evolu – Gym	samedi	9h00 à 10h30 - 10h30 à 12h00
<b>Trampoline</b>		
Initiation	lundi - jeudi	17h à 18h30
Perfectionnement	lundi - jeudi	18h30 à 20h
<b>GYMNASTIQUE ACROBATIQUE</b>		
Initiation	mardi - vendredi	17h à 18h30
Perfectionnement	mardi - vendredi	18h30 à 20h
<b>NOUVEAUTE</b>		
<b>TUMBLING - piste</b>	mercredi	17h00 à 19h00
<b>Pour Adultes</b>		
<b>STEP – LATINO FITNESS</b> (Fesses- Abdos- Cuisses ) <b>Relaxation</b>	lundi	19h30 à 20h30
	vendredi	18h à 19h
<b>GFL</b> : gym forme loisirs	jeudi	20 h à 22 h
<b>Gym Séniors</b> pour + de 50 ans	jeudi	18h30 à 19h30

### Pièces à fournir pour les inscriptions :

un certificat médical de non contre-indication à la pratique gymnique  
1 photos d'identité

