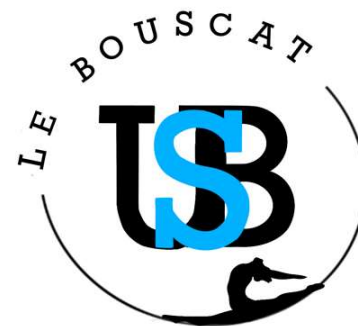


LIVRET

BEBES GYM et Eveil



USB Gym
Année 2023-2024

Votre enfant est inscrit aux cours de bébés gym ou d'éveil de l'Union Sportive Bouscataise

Bienvenue

Pensez à consulter régulièrement le site et/ou la page Facebook et Instagram afin d'être tenu au courant des derniers changements ou modifications qui peuvent être faits ainsi que les cours annulés, reportés.

Notre page Facebook : Usb Gym Le Bouscat

Suivez-nous sur Instagram : usb_gymlebouscat

Notre site : www.usbgym.com

Notre adresse mail : usbgyml@free.fr

Déroulement d'une séance

Les séances durent 1h

- 5/10 min d'accueil : les entraîneurs font l'appel, on joue en attendant que tout le monde arrive (ballons, bâtons, cerceaux, petits jeux, parachute, ...)
- 15 min : 1^{er} circuit
- 15 min : 2nd circuit
- 15 min : trampoline
- 5 min : retour au calme et quelques étirements ludiques

REGLEMENT POUR LE BON DEROULEMENT DES SEANCES

- ❖ Arriver seulement 5 minutes avant le début des cours
- ❖ Les enfants ne doivent pas aller sur les circuits avant le début des cours
- ❖ Pour les créneaux avec parents, 1 seul parent uniquement doit être présent
- ❖ Les frères et sœurs, non-inscrits au cours, ne peuvent pas monter sur les circuits
- ❖ Il est important que vous restiez dans le groupe qui vous a été attribué au début de la séance, et que vous repérez l'intervenant
- ❖ Merci de ne pas laisser les enfants monter sur les agrès et sur les machines de musculation
- ❖ Les enfants ne doivent pas sortir les ballons et les laisser trainer dans la salle
- ❖ Pour les enfants du groupe sans parents, merci d'arriver 5 minutes avant la fin de la séance afin que votre enfant ne reste pas seul sans parent à la fin du cours

Les entraîneurs