

Recommandations Importantes

Respecter les horaires et la propreté des gymnases : changer de chaussures et porter des chaussures de gymnastique propres dans les gymnases.

Consulter régulièrement le site internet de l'OC.GIF, section Gym Volontaire : ocgifgv.sportsregions.fr

Pour vos demandes ou vos questions, une seule adresse mail : gv.ocgif@gmail.com

Membres du bureau de la section GV

Alain Riffaud : Président
06 84 17 81 19
alain.riffaud9@orange.fr

Jean-Pierre Gril : Vice-Président
01 69 07 08 16
jean-pierre.gril@wanadoo.fr

Denis Boulaud : Trésorier
06 48 86 29 84
d.boulaud@orange.fr

Nelly Gagneau : Secrétaire
06 30 08 02 78
ngagneau@orange.fr

Martine Vaillant: Chargée des relations avec le CODEP / Inscriptions
06 87 28 85 99
martinevaillant@wanadoo.fr

: Chargée de la communication
Nicole Abrial : Suppléante Sport Santé
Bernard Bellon : Responsable du matériel

Avec la participation d'Alain Spiwack pour l'événementiel

Vous pouvez obtenir des informations complémentaires sur le site internet <https://ocgifgv.sportsregions.fr>



GV / Marche Nordique

Saison 2024- 2025

**LA GYMNASTIQUE VOLONTAIRE
INFOS RENTREE**

Dates à retenir

7 septembre 2024 : Forum des associations de 10h à 18h

9 septembre 2024 : Début des cours

6 octobre 2024 : Randonnée d'Automne à Courson

4, 5 et 6 avril 2025 : Week-end de Printemps Cherbourg

La cotisation

Elle comprend :

- L'adhésion au club omnisport OC Gif et à la section GV.
- La licence de la FFEPGV et l'assurance prise par la fédération

Conformément à l'article 38 de la loi du 16 juillet 1984 modifiée le 6 juillet 2000, il nous incombe de vous informer que vous pouvez obtenir des garanties complémentaires en souscrivant à l'assurance IA Sport + Vous trouverez la notice relative à cette assurance sur le site ocgifgv.sportsregions.fr ainsi que le bordereau d'adhésion.

L'offre de la section GV de l'OC Gif

Les tarifs

	Individuel GV	Couple GV (1)	Jeune (2)	Famille
Giffois (4)	160 €	280 €	85 €	(3)
Non Giffois	170 €	300 €	95 €	(3)

La Gymnastique Volontaire (GV) :

17 cours par semaine assurés par 9 animateurs (voir planning ci-joint).
Votre inscription vous permet d'accéder à tous les cours. Vous pouvez participer à :

- 7 cours en plein air dont 4 cours de marche nordique (le lundi et le vendredi avec chaque fois 2 sessions : débutants/moyens et confirmés/rapides.
- 10 cours en salle dont un cours de Gym Tendance Aéro mov' le lundi soir.

- (1) **Couple** : 2 membres de la même famille et à la même adresse.
(2) **Jeune** : de 12 à 25 ans au 1^{er} septembre 2024. Autorisation parentale obligatoire pour les mineurs au 1^{er} septembre 2024
(3) **Famille** : réduction de 15 euros à partir de la 3^{ème} personne à la même adresse.
(4) **Giffois** : code 91190

Remarques :

- ✓ Les cours sont répartis sur 34 semaines selon le calendrier ci-joint
- ✓ Vous ne recevrez pas d'accusé réception de votre dossier d'inscription
- ✓ Votre licence vous est adressée quelques semaines après la rentrée