



La GR (Gymnastique Rythmique) est un sport qui associe le corps avec le maniement de 5 engins « Ballon, Cerceau, Corde, Massues et Ruban ». C'est une discipline où nous retrouvons la danse, la gymnastique, elle se pratique sur un fond musical et demande de la coordination, de la tonicité, de la souplesse et de la grâce.

#### Documents obligatoires :

- Une photo d'identité
  - Le questionnaire médical signé (un certificat médical sera exigé uniquement si vous avez une des réponses positive)
- L'engagement GR compétition ou Loisirs signé.



## Dates à retenir

> 29 sept. 2023

Pôle Associatif  
Assemblée Générale

> 29 juin 2024

Salle A- complexe sportif  
Gala annuel

> 18 fév. 2024

Salle A- complexe sportif  
Passage de rubans pour  
les loisirs et revue d'effectif  
pour les compétitions

Présidente  
Laëtizia NICOLAS  
06 63 74 62 07

Responsables techniques  
Lydia BANCTEL  
06 25 67 00 55  
Irène MANFROI  
06 59 96 16 84

[gr@es-bonchamp.fr](mailto:gr@es-bonchamp.fr)

[es-bonchamp.com](http://es-bonchamp.com) puis clic sur logo gr

[facebook.com/EntenteSportiveBonchampGR](https://www.facebook.com/EntenteSportiveBonchampGR)

[https://www.instagram.com/esb\\_gr](https://www.instagram.com/esb_gr)



## TARIFS

### Catégories de pratique

Loisirs / Ensembles poussines, jeunes, aînées / Individuels poussines, jeunes, aînées

Catégorie	Tarifs
Loisirs	90 € + 20 € de location de justaucorps
Compétition 1 (pratique en ensemble)	100 €
Compétition 2 (pratique en ensemble et en individuel)	110 €



**PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS**  
Le planning des entraînements sera communiqué au forum des associations

## ! informations

> Toutes les inscriptions auront lieu au Forum des Associations le 2 septembre 2023 de 10h30 à 16h au Complexe sportif (Salle G)  
Pour la location de justaucorps, un chèque caution de 50 € est demandé et restitué en fin d'année sous respect des consignes d'entretien