

## Contacts

### Complexe Sportif Joseph Rivet

7 rue de la Croix Blanche – BP 93 421

44234 Saint-Sébastien-sur-Loire

02 40 80 68 53

[http:// www.lacambronnaise.fr](http://www.lacambronnaise.fr)

Mail : [la-cambro@orange.fr](mailto:la-cambro@orange.fr)

## Plan d'accès



## Tarifs

- Activités de compétition\* 200€  
\*Gym. Féminine, Masculine, Rythmique, Aérobic
- Forme & Santé 1 à 2 cours/semaine 200€  
3 à 4 cours/semaine 250€  
5 à 6 cours/semaine 300€  
Gym Senior 150€  
SEP\* 125€
- Danse enfants Inf. à 1h. : 160€ / Sup. à 1h : 200€
- Danse Ados/Adultes 200€
- Danse - Cours de Perfectionnement 100€
- Capoeira (- de 14 ans) 1 cours : 150€ / 2 cours : 200€  
Capoeira (+ de 14 ans) 200€
- Eveil de l'enfant (3-4-5 ans) 150€  
Eveil 1<sup>er</sup> pas (6 mois à 2 ans) 50€/Trim. ou 150€
- Course à pied : 70€

*Réductions si plusieurs adhésions pour une même famille*

*Possibilité de régler en deux ou trois fois.*

*Pour une 2<sup>ème</sup> activité pour le même adhérent,  
le tarif est de 100€.*

*Pass Culture Sport (Aide de la région de 16€),  
Chèques Vacances et participation des C.E acceptés.*

*Tarifs préférentiels accordés aux gymnastes qui encadrent ou  
jugent (sauf 1<sup>ère</sup> année), et membres des comités de sections.*

## INSCRIPTIONS & RÉINSCRIPTIONS 2020

**Lundi 28 juin & Mercredi 30 juin 2021**

**Mercredi 1er septembre 2021**

**de 18h00 à 20h00 à La Cambronnaise**

Après le 01/09, inscription au secrétariat  
(Sous réserve des places disponibles)

**Crédit Mutuel**  
LA banque à qui parler



**La Cambronnaise**  
Saint-Sébastien-sur-Loire

Association Sportive et Culturelle

Fondée en 1900

Affiliée à la FSCF et la FFG



Créée en 1900, l'association « La Cambronnaise » exerce depuis toujours ses activités rue de la Croix Blanche à Saint-Sébastien-sur-Loire.

Même si la première activité créée a été une section de musique, la gymnastique est devenue la principale discipline dès le début du XX<sup>ème</sup> siècle. Au fil du temps, et au gré de la demande, l'offre d'activités s'est développée.

Depuis 2007, la salle de la Croix Blanche porte le nom de « Complexe Sportif Joseph Rivet » et son foyer « Salle Paul Michaux », fondateur de la FSCF.

### Les valeurs portées par la Cambronnaise

La Cambronnaise est très sensible aux composantes humanitaires de notre société. Le Projet Club revendique les valeurs suivantes :

- La pratique du sport pour le plaisir
- La compétition et le surpassement de soi
- L'intégration de la jeunesse dans une vie sociale de qualité
- Le respect des personnes & la convivialité

### Aujourd'hui...

Le Président Christian BABONNEAU, est entouré d'un comité directeur de 25 membres. Ensemble, ils déterminent les projets et les orientations de l'association.

En 2020, 10 sections sont représentées, rassemblant plus de 1 300 adhérents pratiquant en compétition et en loisir.

L'encadrement des activités est assuré par plus de 50 bénévoles formés et 8 cadres salariés diplômés d'état. Ils sont les garants de la bonne pratique de l'activité et constituent une équipe dévouée et motivée.

« Label Sport Santé »

« Label d'OR de club formateur » 2017

« Label Famille » depuis 2009

## Activités de compétitions



### Gymnastique Aérobic

Dès l'âge de 7 ans.

Chorégraphie en musique, mêlant des enchaînements de pas de base de l'aérobic et des éléments techniques (pompe, saut...).  
Souplesse, force, dynamisme et sens du rythme !!!



### Gymnastique Artistique Féminine (GAF)

Dès l'âge de 5 ans.

La GAF mêle grâce, dynamisme et acrobatie et comporte 4 spécialités : la table de saut, les barres asymétriques, la poutre, et le sol.



### Gymnastique Artistique Masculine (GAM)

Dès l'âge de 5 ans.

La GAM est une véritable démonstration de force et d'agilité. Elle comporte 6 spécialités : le sol, les arçons, les anneaux, la table de saut, les barres parallèles et la barre fixe.



### Gymnastique Rythmique (GR)

Dès l'âge de 6 ans.

La GR est une discipline sportive d'expression.  
Le corps en mouvement est en relation permanente avec un engin : corde, cerceau, ballon, massues ou ruban.  
Souplesse, Coordination et Agilité !

## Activités de Loisirs et Culturelles



### Activités Forme & Santé

26 cours hebdomadaires

Cours collectifs du lundi au vendredi de 16 ans à ... !  
Renforcement musculaire, Yoga, Pilates, Step, Aéro Dance, Gym senior...

### Gym Adaptée

En partenariat avec l'ARTA de St Sébastien/Loire nous accueillons des adultes en situation de handicap pour la pratique d'activités physiques.  
Pour les personnes atteintes de Sclérose en Plaques (SEP) : Cette activité s'entend en complément de Kinésithérapie, d'ergothérapie... Ces séances offrent un bien-être et permettent de mieux gérer la fatigue.



### Capoeira

Cette discipline mélange la danse à des styles de combat. Elle développe, l'équilibre, la force, la souplesse, l'agilité, l'endurance, le rythme et l'expression corporelle.



### Course à pied

Activité de loisirs et peut être pratiquée par tous !



### Danse Modern'Jazz & Street Jazz

Dès l'âge de 4 ans / Dès l'âge de 8 ans

Le Modern Jazz est une danse très physique qui requiert technique, énergie, sens du rythme, maîtrise du geste et de l'expression.  
Le Street Jazz : Influencé par une musique pop très actuelle mêlant différentes énergies. Un véritable métissage de Hip-hop et de Jazz.



### Eveil de l'Enfant et 1<sup>er</sup> pas

De 6 mois à 6 ans

Au travers des parcours et des jeux mélangeant habileté motrice, sens artistique et activités manuelles, l'enfant développe sa créativité !  
Découverte de ses capacités motrices en jouant, touchant, sentant ...



### Accueil Collectif de Mineurs

Stages d'activités gymniques et de loisirs. Juillet et août

