

# CAMP D'ÉTÉ GYMKARA 2026



Le club Gymkara offrira cet été un camp qui permettra aux jeunes de pratiquer leur sport préféré durant la saison estivale. **Les cours d'une durée de 6 semaines seront 3 semaines en juillet et 3 semaines en août. Du lundi au jeudi à compter du 29 juin jusqu'au jeudi 13 août. La semaine du 19 juillet est congé puisque nos gymnastes et entraîneurs seront à Gymrep.**

Le but du camp d'été est de solidifier les acquis et de se dépasser afin de faciliter le retour à la gymnastique en septembre.

Les gymnastes doivent s'inscrire dans la catégorie qu'ils/elles seront à la saison 2026-2027. Veuillez-vous référer à la liste des groupes disponible sur notre site web à partir du 9 juin 2026.

**Au programme pour les compétitives (R3-R4-R5-N) :** pratique des mouvements aux appareils, éducatifs, conditionnement physique, entraînement cardiovasculaire, tenue de corps et flexibilité.

**Au programme pour les pré-compétitif :** apprentissages de nouveaux mouvements, pratique et perfectionnement des mouvements de bases, tenue de corps, flexibilité et circuits aux appareils

**Au programme pour le récréatif :** pratique et perfectionnement des mouvements de bases, tenue de corps, introduction au conditionnement physique et flexibilité

**Vous pouvez vous inscrire pour le nombre de semaines que vous voulez.**

**Les inscriptions seront du 9 au 26 juin 2025 via Activity Messenger.**

Prenez note que l'horaire pourrait être modifié selon le nombre de gymnastes inscrites dans chaque catégorie.

**Horaire provisoire et coût des cours d'été - 2026**

<b>Catégorie</b>	<b>Nombres d'heures</b>	<b>Durée</b>	<b>Coût</b>	<b>Horaire</b>
<b>Mini-Gym Relève GAF Relève GAM</b>	4 h/semaine	6 semaines	300 \$ Ou 60 \$ la semaine	Lundi et mercredi 9h00 à 11h00
<b>R3-R4-R5-N 9-12 ans</b>	6 h/semaine	6 semaines	450 \$ ou 90 \$ la semaine	Lundi & mercredi ou Mardi & jeudi 9h00 à 12h00
<b>R3-R4-R5-N 13 ans et +</b>	9 h/semaine	6 semaines	600 \$ ou 120 \$ la semaine	Lundi, mercredi & vendredi 9h00 à 12h00
<b>Récréatif 4-5 ans</b>	2h/semaine	6 semaines	150 \$ Ou 30 \$ la semaine	Mercredi 10h00 à 12h00
<b>Récréatif 6-8 ans</b>	4h/semaine	6 semaines	300 \$ Ou 60 \$ la semaine	Mardi & Jeudi 9h00 à 11h00
<b>Récréatif 9 ans et +</b>	4h/semaine	6 semaines	300 \$ Ou 60 \$ la semaine	Mardi et Jeudi 9h00 à 11h00

Prenez note que l'horaire pourrait être modifié selon le nombre de gymnastes inscrites dans chaque catégorie.