

Avenir Gymnique Lédonien

Lons-le-Saunier

www.aglons39.com

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Compétition possible dès 7 ans

INSCRIPTIONS
ICI

ÉCOLE DE GYMNASTIQUE

Développement moteur dès 4 ans,
Éveil gymnique et formation

BABY GR

Dès 15 mois

ADULTES GR ET FITNESS

À partir de 16 ans



Photo Indrek Kask Photography

Document imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.



Lons Le Saunier

Tel : 07 84 87 07 37

Mail : contact.agl39@gmail.com

  : Avenir Gymnique Lédonien

Ce dossier est à renseigner via MonClub (www.agl.monclub.app/subscription) avec les documents suivants :

- ☐ 1 photo d'identité récente à insérer directement dans le formulaire (sous format JPEG, JPG ou PDF).
- ☐ 1ère inscription au club d'une gymnaste majeure OU gymnaste Nationale : un certificat médical d'aptitude
- ☐ Réinscription ou gymnaste mineure n'évoluant pas en Nationale : questionnaire de santé à compléter lors de la réinscription
- ☐ Le règlement du montant des droits d'inscription (possibilité de payer en 2 ou 3 fois par chèque).
- Règlement à apporter dans les 15 jours pour valider votre inscription
- ☐ ATTENTION : si utilisation du PASS SPORT valable entre 6 et 17 ans (code reçu par mail de la part de la CAF), un chèque de caution de 50€ est demandé en attente de la validation de l'aide par l'Agence Nationale du Sport.
- ☐ Un chèque correspondant à la location et au dépôt de garantie du justaucorps, encaissé en janvier 2027 (sections compétition)

VALIDATION inscription → Après dépôt du dossier COMPLET (permanences) et paiement de la cotisation

Paiement CB possible en 1 seule fois lors des inscriptions.

PERMANENCES au bureau du club : 480 Route de Besançon 39000 LONS-LE-SAUNIER

Dates des permanences :

1er et 2 septembre de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

7, 8 et 9 septembre de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

14 et 15 septembre de 8h à 12h et de 14h à 16h

19 septembre de 9h à 12h

Pour des raisons d'assurance, la gymnaste qui n'aura pas transmis son dossier complet aux dates indiquées, ne sera plus accepté(e) à l'entraînement.

ASSURANCE : Vous recevrez un mail de la fédération lors de la prise de licence par le club, environ 15 jours après le paiement de la cotisation, confirmant votre adhésion. Vous pourrez consulter toutes les conditions proposées et éventuellement souscrire des options complémentaires à votre charge.

Reprise des entraînements :

31 août - Individuelles
7 septembre - Ecole de Gymnastique Lons
14 septembre - Compétition + Ecole de Gymnastique Bletterans

Stages vacances :

Pour les gymnastes évoluant en compétition, merci de réserver vos vacances en fonction des stages club (planning fourni en début de saison).

Le justaucorps est la tenue officielle en gymnastique rythmique (compétitions, gala...). Il est donc obligatoire pour tous les groupes et équipes évoluant en compétition. Le justaucorps du club vous sera distribué en début de saison, afin de permettre à chaque gymnaste de posséder le même lors des compétitions et/ou gala. Une location et un dépôt de garantie sont demandés à l'inscription (le coût des justaucorps s'élève à plus de 250€).

CATÉGORIE	LOCATION	CAUTION
Ecole de Gymnastique (facultatif)	10€	30€
Coupe Formation	35€	50€
Trophées et Nationales	60€	100€

Tenue d'entraînement :

Tenue près du corps !

Short, legging
Brassière
Tee-shirt, débardeur
(...)

Cheveux tirés



Pour les familles ayant plusieurs membres inscrits : 30€ à déduire du coût total pour 2 personnes, 60€ à déduire du coût total pour 3 et 100€ à partir de 4 personnes.

Attention : afin de faciliter la constitution des dossiers, merci de faire des règlements séparés pour chaque inscription. A la demande, une attestation pourra être réalisée pour la prise en charge totale ou partielle de l'inscription par votre CAF, CE...

Facilités de règlement acceptées sous réserve. Chèques vacances, chèques coupons sports ANCV acceptés.

Tous les chèques seront libellés à l'ordre de l'Avenir Gymnique Lédonien.

Groupe	Catégorie	Naissance	Tarifs	Lieux et horaires prévisionnels
École de gymnastique	Baby GR	2023, 2024, 2025	185	9h15 – 9h45 (2025) / 10h00 – 10h45 (2024) / 11h00 -11h45 (2023) Salle de danse Ateliers Municipaux
	Eveils gymniques	2021 (débutantes) 2022	185	Mercredi - 14h00 – 15h00 – Dojo Lons
	CF1	2019 (débutant), 2020, 2021 (non débutant)	205	LONS-LE-SAUNIER - Mercredi - 15h – 16h30 – Dojo Lons
	Access 1	2017, 2018, 2019 (Lons) 2017 à 2020 (Bletterans)	215	LONS-LE-SAUNIER - Mercredi 16h30– 18h15 - Collège Rouget BLETTERANS - Lundi 17h45 - 19h - Dojo de Bletterans
	Access 2	2016 et avant		Jeudi - 18h00 – 19h45 - Salle B Omnisports
	CF2 et Ensemble	2018 à 2020 (sur décision des entraîneurs)	235	Voir planning sur le site du club
	Trophée Régional	2017 et avant (sur décision des entraîneurs)	235	
Compétition	Trophée Fédérale B		245	
	Trophée Fédérale A, National		265	
	Double saison compétitive : Individuelle et ensemble + CF3		70 + 230 = 300	
Cours Adultes	Adultes GR	A partir de 16 ans	205 (1 cours) 285 (2 cours) 345 (3 cours)	Lundi : 20h45 - 22h00 - GR Adultes
	Power			Mardi : 19h30 - 20h30 - Power (Renforcement musculaire)
	Fight Do - X55			Jeudi : 18h30 - 19h30 - Fight Do/X55 (Boxe pieds/poings-cuisses abdos fessiers) 19h30 - 20h30 - Oxygeno (Stretching/Pilates)
	Stretching - Pilates			Mezzanine du GES

Inscription rentrée 2026

Les inscriptions pour la rentrée 2026/2027 se font en ligne :
www.agl.monclub.app/subscription

1 séance d'essai gratuite

Gala de Noël :

Samedi 19 décembre 2026

Gala de fin d'année :

Samedi 26 juin 2027
(date à confirmer)

Assemblée générale
et réunion de rentrée :

Vendredi 2 octobre 2026
18h - Maison de la vie
Associative



Équipement club disponible
sur commande :
boutiqueaglons@gmail.com

Merci de lire
attentivement le
règlement intérieur
du club !