



GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE GAF

OÙ LA PRATIQUER A GENEVE ?

Sociétés genevoises avec un groupe de Gymnastique Artistique Féminine
L'astérisque () indique que la société a un site internet. Se référer à la liste adéquate.*

- * **CHENE GYMNASTIQUE GENEVE**
- * **VERSOIX**

Pour que votre fillette soit dirigée à la bonne adresse par rapport à son domicile et à ses aptitudes gymniques et morphologiques, renseignez-vous auprès de :

Emmanuelle GAY : Tél. 022 796 54 17 (lundi, mardi, jeudi, vendredi de 14h00 à 16h00 ou laisser un message) : Email : emmanuelle.gay(at)agg.ch

Site Internet de la Gym Artistique : www.genevegymnastiqueartistique.ch

Site Internet de l'AGG : www.agg.ch

Pour venir assister aux entraînements de l'Ecole et Centre Cantonal de Gymnastique Artistique Féminine à la Salle d'entraînement de l'AGG, BOIS-DES-FRERES, Ch. de l'Ecu 35, 1219 Châtelaine, prendre contact avec les :

REPONDANTES CANTONALES a.i.

Salvadori Daniela 079 500 04 65 / [daniela.salvadori\(at\)agg.ch](mailto:daniela.salvadori(at)agg.ch)

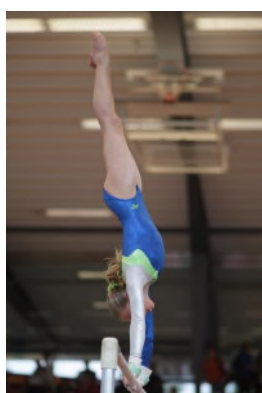
Munoz Franca 079 478 68 34 / [franca.munoz\(at\)agg.ch](mailto:franca.munoz(at)agg.ch)



Les quatre agrès permettent à la gymnaste dès 5/7 ans de pratiquer des exercices très différents, qui sont introduits d'une manière ludique chez les débutantes et les jeunes enfants.

SAUT

Cet agrès met en valeur les qualités athlétiques de la gymnaste. D'une course d'élan de 25 mètres maximum, la gymnaste exécute une figure acrobatique sur la table de saut. Cet élément, qui dure une fraction de seconde, peut s'exécuter de trois manières différentes : les sauts en avant (renversement), en arrière (rondade), ou avec un élément préliminaire (rondade avec le tremplin). Un ou plusieurs saltos, avec une rotation sur l'axe longitudinal compliquent le saut.

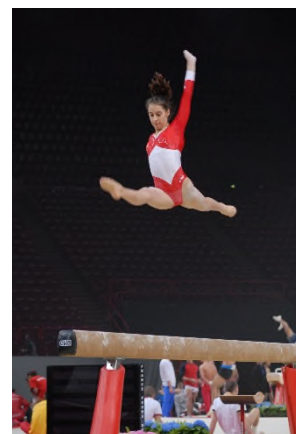


BARRES

Cet engin allie technique et courage. Maintenues par des haubans, elles sont constituées d'une barre supérieure et d'une barre inférieure. Les gymnastes, selon l'âge, évoluent à une ou deux barres, passant de phases d'appui en phases de suspension par des balancés en alternant changements de barres, grands tours, salti et des parties volantes.

POUTRE

La poutre requiert beaucoup d'équilibre, de souplesse et de concentration. Elle est recouverte de cuir synthétique, mesure 5 m. de long, 10 cm. de large et la hauteur varie selon l'âge, étant au maximum à 1m25 du sol. Des tapis adéquats sont placés sous la poutre et à ses extrémités. Les gymnastes y réalisent certaines acrobaties et éléments gymniques ou chorégraphiques comme au sol.



SOL

C'est l'agrès du charme et de la beauté qui permet l'expression harmonieuse des qualités acrobatiques et esthétiques des gymnastes, qui évoluent en musique sur un plancher spécial nommé praticable de 14m x 14m.