

La GRS

C'est quoi ?

C'est la **rencontre** de la **danse** et de la **gymnastique** sur une **musique**.

Elle te permet de **développer** ta **souplesse**, ta **coordination** et surtout ton **expression corporelle**,

tout en **s'amusant**, en **gagnant confiance en soi** et en évoluant dans un **esprit d'équipe bienveillant**.



5 Engins

Cerceau

Ballon

Massues

Corde

Ruban

Sans oublier, le main-libre !

Le Club

GRS Labastide

Pour tous et dès 5 ans, le club de Labastide accompagne les gymnastes depuis plus de 35 ans.

En **individuel** ou en **équipe**, en **compétition** (à partir de 6ans) ou en **loisirs** (à partir de 5 ans),

chacun peut **évoluer à son rythme** dans une **ambiance sportive et conviviale**.

