



FICHE DESCRIPTIVE

EMIS

4 > 16 ANS

École Municipale d'Initiation Sportive

Quelle activité ?

Activité : Gymnastique Rythmique
Tranche d'âge : Enfants nés en 2016-2017-2018-2019

Où et quand ?

Les activités de l'EMIS ont lieu hors vacances scolaires et jours fériés.
Lieu de pratique : Complexe de gymnastique Eva Serrano – rue
Fernand Pelloutier 45000 ORLÉANS



Le mercredi de 10h à 11h ou de 11h à 12h

Date de début de l'activité : 17/09/2025
Date de la dernière séance : 24/06/2026

Description des activités proposées :

La gymnastique rythmique 5GR, anciennement appelé Gymnastique Rythmique et Sportive (GRS), est une discipline sportive à composante artistique proche de la danse classique et de la gymnastique, principalement féminine. La manipulation des 5 engins : corde, ruban, cerceau, ballon et massues est proposée en accord avec un travail de souplesse et de grâce. Durant la saison, les gymnastes travaillent à tous les engins et prépare une chorégraphie en musique, pour le spectacle de fin de saison du club, couplés avec les sections de gymnastique artistique masculine et féminine.

Quelle tenue et quel matériel sont nécessaires ?

Tenu proche du corps (type leggings, débardeur ou justaucorps, jupette...) chaussettes blanches de sport réservées à l'activité, cheveux attachés, bouteille d'eau ou gourde.



Contact :

Direction des Sports et des Loisirs : 02 38 79 26 06 / emis-ovc@orleans-metropole.fr
Responsable : Sébastien TRIAU



www.orleans.fr



Orléans
Mairie