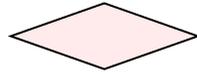




# La préparation gymnique et artistique de la jeune gymnaste



La dimension artistique en gymnastique féminine prend une place importante dans la composition des mouvements au sol et à la poutre. L'évolution du code de pointage féminin oblige les entraîneurs à renforcer les compétences dans le domaine de l'artistique et de l'expression .

Comment intégrer et articuler au mieux ces paramètres dans l'entraînement ? Quels sont les méthodes à privilégier ? Comment construire et conduire des séances adaptées en fonction du public ?

## Objectifs :

- Concevoir des séances de préparation gymnique pour différents publics
- Renforcer les compétences de conduite de séances gymniques
- Renforcer les connaissances techniques
- Renforcer les compétences méthodologiques propre à la préparation gymnique

## Contenu de la formation :

Formation participative alternant l'apport théorique et l'étude de cas sur le terrain avec comme groupe support les gymnastes des stages Avenir. Nous aborderons les méthodes d'apprentissage et de renforcement des éléments de gymniques en partant des exercices de base pour dérouler jusqu'aux figures complexes.

## Public concerné :

- Salarié de club
- Entraîneur bénévole expérimenté
- Cadre en formation

**Intervenant :** Grégory MILAN chorégraphe du Pôle espoir de St Etienne

**Coordonnateur :** Fabrice CHEVALIER

**Lieu :** NANTES

**Volume de formation :** 14h sur 2 jours

**Dates :** 1 et 2 octobre 2016

## Inscriptions :

Bulletin d'inscription en fin de catalogue à renvoyer au siège du Comité Régional de Pays de la Loire

## Conditions financières :

PUBLIC	Coût Pédagogique	Frais annexes
<b>Salariés (OPCA)</b>	<b>420 €</b>	<b>80 €</b>
<b>Bénévoles clubs Non conventionnés</b>	<b>224 €</b>	<b>80 €</b>
<b>Bénévoles clubs conventionnés PDL</b>	<b>Prise en charge CR PDL</b>	<b>80 €</b>
<b>Bénévoles clubs conventionnés hors PDL</b>	<b>20 €</b>	<b>80 €</b>