

Gymnastique Féminine - Stage de perfectionnement

LIBRES CAT 2&3

Le 22 mars 2026 de 10h00 à 17h00

La Fraternelle – 20 Rue de l'Etissey – 38300 Bourgoin-Jallieu

Date limite d'inscription : 23/02/2026

NOM de l'Association :

NOM du responsable : Téléphone :

MAIL du responsable :

Programme :

SAUT : Sauts par 1/2 tour **BARRES** : Contre mouvement / Initiation soleil / Sortie tendue avec 1/2 vrille ou vrille

POUTRE : Élément acro avec envol dans 1 série ou en sortie en liaison directe / Série gymnique avec 1 saut écart

SOL : Salto AV et variantes (tendu; décalé...) / Sauts et séries gymniques

Merci d'indiquer dans le tableau ci-dessous s'il s'agit de renforcement (R) ou d'apprentissage (A) des éléments proposés

ATTENTION: Max 4 gyms/club. Les gyms supplémentaires ne seront conviées qu'en fonction des places restantes

Nom	Prénom	Année de naissance	N° Licence	St	B	P	Sol
Nombre de participant :		Tarif : 18€/stagiaire		Total dû:			

Bulletin à renvoyer par mail à : fscf.auvergnerhonealpes.formation@orange.fr

Suivi du règlement soit:

- par chèque à l'ordre de « **CR FSCF AURA** » (puis envoi à l'adresse du CR à Bourgoin)
- par virement **IBAN : FR76 1027 8072 6100 0204 2700 286** (IBAN du Comité Régional)