

STAGES DE PERFECTIONNEMENT EN GYMNASTIQUE MASCULINE TERRITOIRE DAUPHINE-SAVOIE-VIVARAIS

INTITULE	OBJECTIFS	FREQUENCE/DUREE	PROGRAMME	PUBLIC/PRE REQUIS
PERFECTIONNEMENT Poussins/Benjamins/Minimes (P/B/M)	TRAVAIL SUR LES ELEMENTS DES IMPOSES + quelques éléments libres	2x 1 journée/saison	Travail techniques sur les différents agrès Travail de préparation physique Travail sur trampoline Travail en fosse	Accueil tout public quelque soit le niveau sur les 2 journées
PERFECTIONNEMENT Cadets/Juniors/Seniors (C/J/S)	TRAVAIL ELEMENTS IMPOSES ET/OU LIBRES EN FONCTION DU NIVEAU	2x 1 journée/saison	Travail techniques sur les différents agrès Travail de préparation physique Travail sur trampoline Travail en fosse + Tests de sélection au stage national de Pâques pour les Cadets lors de la 2ème journée.	Accueil tout public quelque soit le niveau sur les 2 journées
PERFECTIONNEMENT Benjamin/Minimes Stage de Noël	TRAVAIL TECHNIQUES + PREPARATION ET SELECTION AU STAGE NATIONAL POUR LES MINIMES	3 journées consécutives durant les vacances de Noël	Travail techniques sur les différents agrès Travail de préparation physique Travail sur trampoline Travail en fosse + Tests de sélection au stage national de Pâques pour les Minimes	Sur sélection départementale

Pour tout renseignement complémentaire vous pouvez joindre le service formation du territoire Dauphiné-Savoie-Vivaraïis:

☎ 06 27 70 57 18 ou @ : fscf.auvergnerhonealpes.formation@orange.fr