

FORMATION CONTINUE - ENTRAÎNEMENT

ACROBATIQUE I : Apprentissage des éléments acrobatiques



OBJECTIF GENERAL : permettre aux entraîneurs d'appréhender une démarche de formation des jeunes gymnastes en acrobatie au sol. (*participation possible de gymnastes de son club ayant ces éléments pour objectif, en cours d'apprentissage ou défauts à corriger - inscription gymnaste gratuite et obligatoire en cliquant ici*).

COMITE REGIONAL ILE-DE-FRANCE DE GYMNASTIQUE

www.crif-ffgym.com



COMITÉ
RÉGIONAL
ÎLE-DE-FRANCE

CONTENU

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES :

- Connaître la technique des éléments étudiés et la durée de l'apprentissage nécessaire
- Construire des circuits d'échauffement, d'apprentissage et de renforcement des éléments étudiés
- Savoir manipuler et parer les éléments étudiés.

ELEMENTS DU PROGRAMME :

Apprentissage des éléments acrobatiques avant et arrière, suivants :

- Roue
- Rondade
- Flip avant
- Flip arrière
- Saut de main
- Tempo
- Et évolutions : tempo/tempo, tendu/tendu/tendu avant, rondade/flip/tempo/flip ...

METHODE PEDAGOGIQUE :

Apports théoriques et mise en pratique pédagogique

MODALITE D'EVALUATION / CERTIFICATION FINALE :

Production de documents écrits

Conception et animation d'une séance d'apprentissage sur thème donné



ORGANISATION

VOLUME DE FORMATION :



(10h à 13h et 14h30 à 17h30)

DATES :

24 octobre 2020

LIEU : Combs la ville (77)

FORMATEURS :

Valentin POTAPENKO
entraîneur de haut niveau de l'URSS, expert en acrobatie.



MODALITES

PUBLIC :

Entraîneurs FFG, entraînant du niveau fédéral et performance

Nb minimum de participants à 20

Nb maximum de participants à 40

TARIF :

48 €

Financement possible par les OPCO

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

3 octobre 2020

INSCRIPTION :

www.crif-ffgym.fr

Cliquez ICI

Code Formation :

FC.ELEM.ACRO 1



CENTRE ILE-DE-FRANCE DE FORMATION

21 avenue Pierre CURIE,
78210 – SAINT CYR L'ECOLE

☎ 01 72 67 40 00

✉ ciff@crif-ffgym.fr

N° de déclaration d'Activité :

11 78 81 144 78

N° de SIRET : 322 294 844 00061

île de France



GYMNOMA

