

# FORMATION DISTANCIELLE CONTINUE - Dispositif Régional d'Accession CLUBS GAF : Construction du planning d'entraînement.

OBJECTIF GENERAL : Permettre aux entraîneurs d'optimiser leurs compétences.

COMITE REGIONAL ILE-DE-FRANCE DE GYMNASTIQUE  
www.crif-ffgym.com



COMITÉ  
RÉGIONAL  
ÎLE-DE-FRANCE

## CONTENU

### OBJECTIFS INTERMEDIAIRES :

- Optimiser le temps d'entraînement.
- Orienter la pratique de performance en respectant l'intégrité physique.

### ELEMENTS DU PROGRAMME :

- Planification / Organisation.
- Optimisation du nombre d'heures d'entraînement.
- Organisation des facteurs de la performance.
- La place du trampoline dans la construction de la programmation de l'entraînement.

### 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 11h)

### DATES :

Jeudi 1 octobre 2020

### LIEU :

Visio-conférence

### FORMATEURS :

**Marlène PERON**  
Conseillère Technique Sportif



## MODALITES

### PUBLIC :

Entraîneurs FFG en  
Gymnastique  
Artistique  
Féminine

### TARIF :

**Gratuit sur inscription**

### DATE LIMITE D'INSCRIPTION

**24 septembre 2020**

### INSCRIPTION :

www.crif-ffgym.com

**Cliquez ICI**

Code Formation :  
**FC.DRA.GAF.S3**



### CENTRE ILE-DE-FRANCE DE FORMATION

1 allée Scheurer Kestner,  
92150 – SURESNES

☎ 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 00079

**île de France**



**GYMNOVA**

