

FORMATION CONTINUE - ENTRAINEMENT

TEAMGYM : Technique au mini trampoline



OBJECTIF GENERAL : Améliorer les compétences des entraîneurs pour augmenter les notes d'exécution au mini trampoline.

COMITE REGIONAL ILE-DE-FRANCE DE GYMNASTIQUE

www.crif-ffgym.com



COMITÉ
RÉGIONAL
ÎLE-DE-FRANCE

CONTENU

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES :

- 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.
- Identifier et adapter la prise de repère selon le profil d'un gymnaste.

ELEMENTS DU PROGRAMME :

- Chandelles : groupé / écart et carpé
- Chandelles avec rotations
- Rotation en avant : groupé / carpé et tendu
- Travail de course avec liaison pré-appel / appel

METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES :

Apports théoriques, échanges 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 :

 **3h** (10h à 13h)

DATES :

Dimanche 17 octobre 2021

LIEU :

Boussy-Saint-Antoine ou Le Kremlin-Bicêtre

FORMATEURS :

Thomas BOUHAIL
Conseiller Technique Sportif



MODALITES

PUBLIC ET PREREQUIS :

Entraîneurs FFG, entraînant du niveau fédéral
Nb de participants :
mini 8 – maxi 30
L'accès à la formation peut faire l'objet d'adaptation pour les personnes en situation de handicap. Nous contacter

TARIF :

24 €

Financement possible par les **OPCO**

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

26 septembre 2021

INSCRIPTION :

www.crif-ffgym.com

Cliquez ICI

Code Formation :

FC.TEAM.MINITRAMPO



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







