

# FORMATION CONTINUE - ENTRAINEMENT

## Discipline TEAMGYM : Organiser une saison



**OBJECTIF GENERAL :** Savoir programmer les différentes phases d'apprentissages.

COMITE REGIONAL ILE-DE-FRANCE DE GYMNASTIQUE

www.crif-ffgym.com



COMITÉ  
RÉGIONAL  
ÎLE-DE-FRANCE

### CONTENU

#### OBJECTIFS INTERMEDIAIRES :

- Planification annuelle :
  - Préparation mentale
  - Préparation physique
  - Préparation acrobatique
- Utiliser la musique comme support
- Construire sa chorégraphie selon la Brochure des Programmes
- Gérer l'apprentissage acrobatique selon le calendrier compétitif

#### ELEMENTS DU PROGRAMME :

- Echauffements
- Etirements
- Chorégraphie
- Acrobaties
- Brochure des programmes

#### METHODE PEDAGOGIQUE :

Apports théoriques

#### MODALITE D'EVALUATION / CERTIFICATION FINALE :

Production de documents écrits  
Echange et partage de connaissances

### ORGANISATION

#### VOLUME DE FORMATION :



**3h** (9h30 à 12h30)

#### DATES :

Dimanche 8 octobre 2023

#### LIEU :

En recherche d'un lieu

#### FORMATEURS :

Soizic LANGLOIS

Sara HENOCQUE



### MODALITES

#### PUBLIC :

Entraîneurs FFG, entraînant du niveau fédéral et performance  
Nb de participants limité à 30  
Nb minimum de participant à **8**

#### TARIF :

**24 €**

Financement possible par les **OPCO**

#### DATE LIMITE D'INSCRIPTION

**25 septembre 2023**

#### INSCRIPTION :

[www.crif-ffgym.com](http://www.crif-ffgym.com)

**Cliquez ICI**

Code Formation :

**FC.TEAM.ORG**



#### 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



îledeFrance



GYMNOVA

