

Perfectionnement Poussines 4/5

Tous les perfs sont ouverts aux cadres et juges.

→ Inscriptions à faire sur notre site directement **avant le 04.10.2020**. Paiement par retour de facture envoyée par mail. Merci.

Dates et horaires : **Dimanche 8 Novembre 2020 de 9h30 à 16h30 au Lion d'Angers**
Dimanche 24 Janvier 2021 de 9h30 à 16h30 au Lion d'Angers

Salle d'entraînement : **Avenue des Tilleuls, salle Hélène Boucher 49220 - Le Lion d'Angers**

Gymnastes concernées : **Poussins nés en 2011-2012-2013**

Objectifs :

- Renforcer les éléments acquis
- Aborder l'apprentissage de nouveaux éléments techniques
- Créer du lien entre les gymnastes
- Favoriser les échanges entre les entraîneurs, en partageant leurs pratiques, leurs techniques, afin de permettre une approche plus riche et diversifiée de la gymnastique.

Programme du stage :

Table de saut	Poutre
Lune	ATR, Roue, Souplesse AR, Sortie saut de mains/ salto
Barres	Sol
Filé balanciers Bascules, Sortie échappe	Souplesse AR, rondade flip, saut de mains, salto AV

Conditions d'inscription :

- Avoir acquis le 3^{ème} degré à tous les agrès et le 4^{ème} degré abordé
- Être licencié à la FSCF
- Inscription de 3 gymnastes par club (en cas de surnombre, celui-ci sera ramené à 2 gyms...).
- Obligation de participer aux 2 journées pour les gymnastes.
- Les stagiaires devront obligatoirement rester du début à la fin du stage.
- La présence d'un entraîneur du club est OBLIGATOIRE pour les journées! (« parents spectateurs » non autorisés)

Participation financière : **32 €** de participation par stagiaire, pour les 2 journées, chèque libellé à l'ordre de FSCF CD 49.

Apporter :

- Pique-nique pour les midis
- Equipement sportif et bouteille d'eau
- **Licence FSCF de la saison en cours**

Cette circulaire tient lieu de convocation! Faites des photocopies pour chacune de vos stagiaires.

Le CD49 FSCF et les clubs organisateurs déclinent toutes responsabilités en cas de perte ou de vol de toutes natures (bijou, vêtement, argent...).