

OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Approfondir la technique spécifique au trampoline : des éléments de base vers une complexification
- Maîtriser la préparation physique spécifique pour améliorer l'approche technique
- Analyser les contraintes du code de pointage pour programmer les évolutions techniques

PUBLIC et PREREQUIS

- Être titulaire d'une licence FFGym de la saison en cours
- Être Majeur
- Entraîneurs Performance

DUREE : 17 heures

EFFECTIF EN FORMATION

- 6 Stagiaires minimums
 - 15 Stagiaires maximums
- L'OF du comité se réserve le droit d'annuler ou reporter la formation en fonction du nombre d'inscrits (6 stagiaires et 2 structures différentes mini)

FRAIS PEDAGOGIQUES :

Salariés :

- Financement pour les frais pédagogiques par l'AFDAS.
- Frais de déplacement et d'hébergement à la charge des stagiaires

Gymnastes accompagnateurs :

- Merci de vous inscrire via l'article du stage Performance Trampoline [en Cliquant ICI](#)

REFERENTE LOCALE

- Gaëlle ROBERT, gaelle.robert@ctgym.fr au 06 22 59 53 71

ENCADREMENT

- Paul GREAVES (GBR)

CALENDRIER / LIEUX

- **Samedi 22 avril 2023** de 13h à 18h
- **Dimanche 23 avril 2023** de 9h30 à 18h30
- **Lundi 24 avril 2023** de 9h30 à 13h

[Gymnase du COSEC de Rangueil](#), 27 Chemin du Canal, 31400 Toulouse

Accessibilité : tous publics, PSH et PMR (Locaux et formation)

INSCRIPTIONS : pour les salariés.
et RESERVATION du repas du dimanche midi

Inscription en ligne en CLIQUANT ICI

Date limite d'inscription

- **AVANT LE 12 mars 2023**

HEBERGEMENT

Au choix et à la charge des stagiaires
Proposition : (lieu d'hébergement des stages TR)
Hôtel Campanile Toulouse Labège, 342 Rue de la Découverte, 31670 Labège au **05 61 39 83 83**

- Pour info :
 - Dîner sportif à 16 €
 - Nuitée avec p'tit dèj à 64 €

CONTENU

- Méthodologie de l'apprentissage des éléments de base et leur complexification
- La préparation physique spécifique
- La prophylaxie adaptée
- Les contraintes du code de pointage pour programmer les évolutions techniques du gymnaste
- L'utilisation des différentes approches techniques pour améliorer l'acquisition des éléments de base, complexifier les mouvements en préservant le gymnaste
- Echanges autour des méthodes anglo-saxonnes de management des équipes sportives

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES et d'ENCADREMENTS

- Salle de formation
- Vidéoprojecteur
- Supports de cours papiers et informatiques
- Power Point et vidéo d'étude de cas

La formation sera assurée par des formateurs de l'équipe technique régionale et Paul GREAVES (GBR), ancien entraîneur de la double médaillée Olympique Bryony PAGE, possédant les compétences requises pour proposer une formation de qualité.

à prévoir

- Une tenue sportive adaptée
- Une clé USB

MOYENS de SUIVI et d'EVALUATION de la formation

- Fiche d'émargement signée par demi-journée par les stagiaires et formateurs
(Pour valider la présence en formation obligatoire)

Contact

Francis PRUDENT 07.55.67.22.22

Comité Régional Occitanie de Gymnastique

Maison des Activités Gymniques, 10 bis Av. Yves Brunaud
31770 COLOMIERS



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION