

Stage de Perfectionnement
COUPE FORMATION NIVEAUX 3/4
GYMNASTES INDIVIDUEL NATIONAL 7-9 ans

INFORMATIONS PRATIQUES



PUBLIC CIBLE : Gymnastes nées en 2015 et 2016 de niveau CF3 à individuel national 7-9 ans



OBJECTIFS :

- Créer une dynamique régionale pour accompagner les entraîneurs dans le travail de la performance chez les très jeunes
- Approfondir la formation des futures gymnastes de la catégorie NATIONALE 10-11 ans en vue de la saison prochaine (avec comme base de travail le programme les éléments engins de la CF4 et le programme corporel des NATIONALES 10-11 ans)
- Détecter et stimuler les meilleures gymnastes nées en 2015 pour préparer la future équipe REJ



INTERVENANTES :

- Chloé SILVADIER et Aurore HADET



Dates : samedi 10 février et dimanche 11 février 2024



Horaire : de 10h00 à 17h00



Lieu : Centre Sportif Jean-Louis Moulin, rue Montespan à **Évry-Courcouronnes** 91000



HEBERGEMENT ET RESTAURATION :

-  Sans hébergement
-  Prévoir un pique-nique pour les midis (possibilité de faire chauffer au micro-ondes)



PROCEDURE D'INSCRIPTION :

-  Les inscriptions s'effectuent uniquement via le formulaire sur le site du CRIFGYM :

Accès aux inscriptions du stage CF3/CF4/NAT 2024

-  **Attention**, date limite d'inscription fixée au [lundi 29 janvier 2024](#) (inclus).



COÛT : 36,00 € (3,00 €/ h de pratique)

-  Modalités de règlement :
 - [Paiement à réception de facture](#) à la fin du stage
 - Quel que soit le mode de règlement, préciser le nom, le prénom de la gymnaste et le stage concerné
 - Par chèque : à établir à l'ordre du CRIFGYM
 - Par virement : IBAN : FR76 1027 8062 1400 0201 1450 175 – BIC : CMCIFR2A
 - Par carte bleue en cliquant ici : [PAIEMENT EN LIGNE](#)



TROUSSEAU DES GYMNASTES :

- Une tenue d'entraînement,
- Une paire de demi-pointes
- Un élastique
- Une paire de claquette
- Une gourde
- Leurs engins (corde, ballon et massues)