

**Formateurs :**  
**Gregory MILAN**

**Pôle FORMATION**  
**Amanda WERNERT**  
Téléphone : 03.88.26.94.69 - 06.02.59.42.17  
Mail : formation@ffgymgrandest.fr

*Tous les participants devront être licenciés FFG pour la saison en cours*

Département	Dates	Nuitée et petit Déj.			Lieu	Horaires	Date limite d'inscription
		Déjeuner	Dîner	Nuitée et petit Déj.			
Grand Est	16/11/2019	NON	NON	NON	Lieu à confirmer	De 9h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	03/11/2019
	17/11/2019	NON	NON	NON	Lieu à confirmer	De 9h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	03/11/2019

Tarifs						
Frais pédagogiques	Repas	Nuitée + pdj	Pension complète	Autres	Total	
A confirmer	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €		

*Le règlement devra être effectué à réception de la facture envoyée par le secrétariat financier*

### Précisions sur l'action/le stage

#### Préambule :

Formation pour toutes les personnes désirant approfondir ces connaissances dans le domaines de la préparation corporelle de jeunes gymnastes en GAF et GR

N'oubliez pas que toutes les formations sont ouvertes à tous les licenciés de la région GRAND EST

#### Programme :

Exercice de base sur le travail à la barre  
Exercice de base sur le travail de la barre à terre

Travail sur l'équilibre et les équilibres

Apprentissage d'exercices pour la préparation des pivots/rotations (17/11/19)

Travail sur les impulsions et les sauts (16/11/19)

#### Inscription :

Merci de faire le nécessaire en cliquant sur le lien ci-dessous

#### Adresse :

Lieu à confirmer



Gregory MILAN en compagnie de l'ensemble France GR

**Lien pour réaliser l'inscription (formulaire Google) :**

<https://forms.gle/HvWdaTUipfQ5UzzV6>

**Date limite d'inscription :**

**03/11/19**