

SEMINAIRE TECHNIQUE 7 OCTOBRE 2018 - HORAIRE



9h00-9h30	ACCUEIL DES PARTICIPANTS			
9h30-11h00	GAF - MODULE 1 - Programme Jeunes 2019 (G. Beltman, L. Van Dyck et I. Fegyva - Coub 11)	GAM - MODULE 1 - Bases gymniques au sol (C. Boulestreau - GSA)	TR - MODULE 1 - Initiation au jugement théorique (par cas pratiques) (G. Trullemans - Classe 4)	
11h00-12h30		GAM - MODULE 2 - Bases gymniques aux arçons (C. Boulestreau - GSA)	TR - MODULE 2 - Initiation au jugement pratique (par cas pratiques) (G. Trullemans - Classe 4)	
12h30-14h00	PAUSE - REPAS			
14h00-15h30	GAF - MODULE 2 - Préparation acrobatique au trampoline (A. Ritorto - GSA)	GAM - MODULE 3 - Bases gymniques à la barre fixe (C. Boulestreau - GSA)		Prépa Phys. - MODULE 1 - L'importance du travail de la sangle abdominale (M. Petit - G3)
15h30-17h00	GAF - MODULE 3 - La gym de performance pour les 6-8 ans (A. Ritorto - GSA)			Prépa Phys. - MODULE 2 - Travail de la sangle abdominale; abdos hypopressifs, placement du corps & respiration (M. Petit - G3)
17h00-17h30	CLOTURE			