



Svetlana KARBANOV
Responsable Régionale du DRA GR
Et toute l'Equipe Technique Régionale
GR des Hauts-de-France

Aux

Présidents et entraîneurs des sections GR
des clubs des Hauts-de-France

Cysoing, le 03 janvier 2023

Regroupement régional du 07 janvier 2023
Stage NAT 10/11 ans qualifiées pour les Championnats de France

Date de stage : samedi 7 janvier 2023

Lieu de stage : Calais salle "Delphine Ledoux", Rue Raymond POINCARE 62100 CALAIS

Les horaires du stage : 9h30 -17h30

Accueil à partir de 9h15

Les gymnastes concernées :

Les gymnastes de la catégorie NATIONALE A et B 10-11 ans qualifiées pour le championnat de France.

Déroulement du stage :

9H30 – 12H30 : échauffement, travail corporel, difficultés de tests techniques des avenir, observation des difficultés des enchainements

13H30 – 17H30 échauffement individuel, travail des compositions ML et cerceau

La présence des entraîneurs des gymnastes est obligatoire.

Les frais de l'encadrement ETR sont à la charge du Comité Régional.

Le transport des gymnastes et entraîneurs reste à la charge des clubs ou des parents

Responsable du stage : Svetlana KARBANOV
sveta.s.a@mail.ru

Prévoir un pique-nique pour le midi (micro-onde disponible sur place) ainsi que de l'eau et « la collation du sportif ».

Sportivement

Svetlana KARBANOV



Comité Régional de Gymnastique des Hauts-de-France
125 Route de Gruson 59830 Cysoing
Tel : 0320562839 @ sabrina.huchin@ffgym-hdf.fr
Site : <http://hauts-de-france.fgym.fr/>