



COMITE REGIONAL DE GYMNASTIQUE DU LANGUEDOC ROUSSILLON

Narbonne, le 15 septembre 2009

Fédération Française de Gymnastique
Comité Régional Du Languedoc Roussillon
E Mail : comgym.lr@wanadoo.fr
Site Internet : <http://www.crgymlr.asso.fr>

DESTINATAIRES :

- Clubs G.R. de la région
 - Sandrine VASSEUR,
 - Hélène PERRIER,
 - Danièle PEREMARTI,
 - GAULME Dalia,
 - Laurent COMBES,
 - Nicole DIGOUT,
 - Jean Pierre CORDIER,
 - Anne Marie CHAUVOT,
 - Comités Départementaux,
- POUR INFORMATION :**
- Didier GREGOIRE

SV/JB

De : Sandrine VASSEUR

Responsable Régionale secteur Jeunesse G.R.

STAGE REGIONAL GR JEUNESSE

Objectif principal : préparation aux compétitions de la saison en cours
OCTOBRE 2009

LES DATES :

- Du Samedi 3 octobre 2009 à 14 H 00
- au Dimanche 4 octobre 2009 à 17 H 00.

LIEU :

GYMNASE LOU CLAPAS
Complexe Sportif de la Mosson - Avenue d'Heidelberg
34080 MONTPELLIER

Gymnastes concernées :

Gymnastes engagées en catégorie benjamine unique, et en préparation pour les tests physiques et du nouveau M.L.



Comité Régional de Gymnastique du LANGUEDOC ROUSSILLON
Maison des Associations 10 rue de l'ancien port des Catalans
11100 NARBONNE
Tel : 04 68 65 55 66 – Fax : 04 68 65 56 06

CONTENUS :

- Séquence M.L.
- Vérification des contenus D1 et D2 au Cerceau
- Logique d'enchaînement.
- Préparation des tests physiques qui seront passés lors du championnat départemental.

OBJECTIFS :

- Harmonisation de l'apprentissage du M.L imposé
- Vérification des contenus de l'enchaînement cerceau et travail sur les liaisons.

ENCADREMENT :

- Responsable du Stage :
- S. VASSEUR Responsables Jeunesse de la région
 - D. GAULME Responsables Jeunesse de la région
 - Mélisande ROUX : Professeur de Danse Classique.

➤ Rappel : La présence d'un entraîneur de chaque club est indispensable.

MATERIEL SOUHAITE :

Les gymnastes doivent se munir de leurs engins ainsi que de leurs musiques.
Les entraîneurs qui le souhaitent, peuvent également venir avec leur planification de la saison pour d'éventuels réajustements.

.Hébergement et pension complète tarif Adulte : 48 €

- 24 € la nuit + petit déjeuner x 1 = 24 €
- 12 € le repas x 2 = 24 €

.Hébergement et pension complète tarif Enfant (GYM de moins de 10 ans) : 40 €

- 20 € nuit + petit déjeuner x 1 = 20 €
- 10 € le repas x 2 = 20 €

HEBERGEMENT :

B&B Montpellier 1

Parc d'activité La Peyrière - Rue Schuman - 34430 SAINT JEAN DE VÉDAS

N° à tarif spécial : .08 92 70 75 40

CLOTURE DES INSCRIPTIONS :

IL EST NECESSAIRE DE RETOURNER

AVANT LE 30 septembre 2009

AUPRES DU COMITE REGIONAL DE GYMNASTIQUE LANGUEDOC

**ROUSSILLON - Maison des Associations - 10 rue de l'Ancien Port des Catalans -
11100 NARBONNE**



Comité Régional de Gymnastique du LANGUEDOC ROUSSILLON
Maison des Associations 10 rue de l'ancien port des Catalans
11100 NARBONNE

Tel : 04 68 65 55 66 – Fax : 04 68 65 56 06

Le COUPON REPONSE, LE REGLEMENT CORRESPONDANT ETABLI A L'ORDRE DU COMITE REGIONAL DE GYMNASTIQUE LANGUEDOC ROUSSILLON ainsi que L'AUTORISATION PARENTALE.

(1 coupon par inscription Gym ou Entraîneur)

REGROUPEMENT BENJAMINE G.R.

OCTOBRE 2009

AVANT LE 30 septembre 2009

NOM : _____ Prénom : _____

ADRESSE : _____

TEL : _____

N° DE LICENCE : _____

CLUB : _____

GYMNASTE QUI PARTICIPERA AU REGROUPEMENT REGIONAL
Benjamine GR Octobre 2009

ENTRAINEUR QUI PARTICIPERA AU REGROUPEMENT REGIONAL
Benjamine GR Octobre 2009

CI- JOINT UN CHEQUE DE €

Date, Cachet et Signature du Président du Club :



Comité Régional de Gymnastique du LANGUEDOC ROUSSILLON
Maison des Associations 10 rue de l'ancien port des Catalans
11100 NARBONNE
Tel : 04 68 65 55 66 – Fax : 04 68 65 56 06