

Dimanche 20 Novembre 2022

9h – 16h

# Journée Teamgym

--- Découverte et Perfectionnement ---

Tout Public

A partir de 10 ans



Gymnase Roger Tétin – avenue de la  
résistance – 64140 BILLERE



**Votre correspondant :** SABOURIN Emeline

Pau, le jeudi 29 Septembre 2022

**Téléphone :** 06 44 15 93 82

**Destinataires :**

Les clubs

**Référence :** FFG – CD64 – TMG

➤ **Objet :** Teamgym – Stage 1

Monsieur, Madame

Nous vous informons que le Comité Départemental organise un stage de Teamgym à Billère le

**Dimanche 20 Novembre 2022 de 9h30 (accueil 9h) à 16h**

**Ce stage s'inscrit dans le cadre du développement de l'activité sur le territoire.**

- **Objectifs :**

- Découverte de l'activité pour les clubs qui ne propose pas de Teamgym
- Approfondissement et Régulation des programmes pour ceux qui pratique déjà
- Echange autour de la pratique Teamgym (comment on le met en place, à qui le proposer ? retour d'expérience)

- **Public ciblé :**

- Tous les clubs, pratiquant ou non la Teamgym
- Tous les niveaux de pratiques : Fed C - Fed B – Fed A – National C – National B – National A
- Gymnastes intéressés par la pratique (déjà gym Teamgym / futur gym Teamgym / Gym Loisir)
- A partir de 10 ans
- Pas de minimum de nombre de gymnastes

- **Responsable pédagogique**

Céline MINGINETTE – Référente Teamgym 64 : mail : [celine.minginette@sfr.fr](mailto:celine.minginette@sfr.fr) Tel : 06.61.24.26.05

Documents nécessaires : Code de pointage Fed et/ou Performance – Clé USB – Musique de Sol – Fiches de difficulté



- Déroulé de la journée :

1 entraîneur par club souhaité + 1 aide entraîneur si possible

Débutants	Etant déjà dans la discipline
<u>9h30 – 10h30</u> : explication du code + questions diverses des entraîneurs (entraîneurs gymnastes jusqu'à 10h)	<u>9h30 – 10h</u> : questions diverses (entraîneurs gymnastes)
<u>10h- 10h30</u> : Echauffement commun	
<u>10h30 – 12h</u> : création des passages MT et Tumb	<u>10h30 – 12h</u> : SOL – répétition, construction, approfondissement ...
<u>12h- 13h15</u> : rangement praticable + REPAS (prévoir un pique-nique)	
<u>13h15 –15h15</u> : Sol : Découverte et mise en situation	<u>13h15 – 15h15</u> : MT et Tumb
<u>15h15 – 15h30</u> : rangement + étirement	
<u>15h30 – 16h</u> : debrief	

- Modalités d'inscriptions :

Les inscriptions sont à faire avant le 6 Novembre 2022 via le lien suivant :

[Inscription – TEAMGYM](#)

- Modalité de transport et de restauration :

A la charge des participant. Prévoir un pique-nique pour le midi

- **Attestation parentale (gymnastes) joints au courrier :**

Ce document sera à remettre en main propre au responsable du stage complété et signé lors de l'ouverture du stage **et à envoyer** au Comité Départemental et à envoyer par mail à l'adresse suivante : [cdgym64@gmail.com](mailto:cdgym64@gmail.com)

**Celine Minginette**  
Responsable Technique Teamgym

Copie : Bureau du CD - MINGINETTE