



## COMPTE RENDU DE STAGE



**NOM DE L'ACTION :** STAGE DEPARTEMENTAL GAF DIR CRIT ET LIBRE

**OBJECTIF :** CLUB ACCUEIL + **RESPONSABLE :** EG Rouen , Médéric TRANCHANT

**LIEU et SITE :** ROUEN

**DATE :** Dimanche 7 Novembre 2010

**HORAIRES :** 10h00 à 16h30

**GYMNASE :** St Sever

**RESPONSABLE DU STAGE :** Médéric TRANCHANT

### CADRES :

Cadres du comité technique : Deliquaire Gérard, Tranchant Médéric

Cadres en plus : Pasquelin Eric

Cadres indemnisés: Deliquaire Gérard, Tranchant Médéric ,Pasquelin Eric

Entraîneurs clubs : Laurie Stallin (Epouville), Aurélie Guerin ( Le Houlme), ??? (longueville), Stéphanie Amour (seulement le matin, Oissel)

### DEROULEMENT

Horaires : 10h – 16h30

9h45 accueil des gymnastes

10h – 10h15 Rassemblement des gymnastes pour la présentation et l'appel

10h15 – 10h45 : échauffement

10h45 -12h30 travail sur 2 agrès (45' par agrès)

12h30 – 13h30 repas

13h30 – 16h15 échauffement et travail sur 3 agrès  
16h15 – 16h30 bilan, rangement de la salle, photos

Organisation:

4 groupes ont été formés en fonction des niveaux et des âges 1 fed B et critérium 2+1 DR + 2 DIR  
Les gymnastes ont travaillé sur 4 agrès et au trampoline (45' par agrès)  
Il y avait 1cadre comité par agrès et 2 cadres club pour le derniers  
Les gymnastes ont travaillé sur des éléments gymniques et acrobatiques (travail sur des éléments de base, sur les éléments des mouvements puis sur de nouvelles acrobaties).

## PARTICIPANTS

Nombre de participants : 41 gymnastes

Tranches d'âges : 7 - 23 ans

Nombre de clubs participants :4

Niveau des gymnastes : fed B, Critérium et 2 niveau imposé B et A

Gymnastes ayant déjà participé : ?

Comportement des gymnastes :Bonne investissement et bonne ambiance de l'ensemble des participantes. Certaines ont découvert différents ateliers de travail ( Trampoline, piste acrotramp, sangles etc...). D'autres ont appris de nouveaux éléments ( sortie salto aux barres, vrille avant et arrière au trampoline, lune au saut etc...)

## BILAN et REMARQUES

Aucune connaissance de la participation de Longueville et du départ le midi de stéphanie ce qui à engendré quelques imprévues dans l'organisation. Et problème dans la responsabilité de l'organisation du goûter qui n'a donc pas eu lieu.

Ceci dis journée forte agréable pour l'équipe encadrante et à priori pour les gymnastes.