

FORMATION DÉPARTEMENTALE

CD 92

Gymnastique Artistique



2 JOURNÉES DE FORMATION

ÉCHANGER • APPRENDRE • PROGRESSER



- JOURNÉE 1 - CHORÉGRAPHIE

Avec Alisée Dal Santo

Une journée dédiée au travail du perfectionnement technique : sauts, pivots, éléments au sol et à la poutre, barre à terre et barre de danse.



Lundi 31 août 2026

9h15 – 9h30 : Accueil

9h30 – 15h30 : Formation



- JOURNÉE 2 - PRÉPARATION MENTALE

Avec Arthur Plancq

Une journée consacrée à la préparation mentale du gymnaste : concentration, confiance en soi, gestion des émotions et outils pour optimiser la performance.



Mercredi 2 septembre 2026

9h15 – 9h30 : Accueil

9h30 – 15h30 : Formation



LIEU

Gymnase Beltrame

Rue Fernand Forest

92150 Suresnes



INSCRIPTIONS :

Inscription en ligne obligatoire :



INFOS & CONTACTS



valentin.furet@gmail.com



FFGYM.CD92