



Événement de développement - Est

HORAIRE PRÉLIMINAIRE _{v1}

SAMEDI

HEURE	ENTRAÎNEUR-ES 9-10 ET 11-12 ANS	ENTRAÎNEUR-ES JEUNESSE ET JUNIOR	HEURE	OFFICIEL-LES
08h30-09h00	Accueil et mot de bienvenue	Accueil et mot de bienvenue	08h30-09h00	Accueil et mot de bienvenue
09h00-09h45	Transitions et impression artistique	Transitions et impression artistique	09h00-09h45	Transitions et impression artistique
10h00-10h45	Atelier à sec : Extension et entraînement des transitions	Biomécanique	10h00-11h30	Pratique des échelles de hauteur
11h00-11h45	Biomécanique	Atelier à sec : Extension et entraînement des transitions		
11h45-12h45	DÎNER		11h45-12h45	Mouvements acrobatiques
13h00-14h00	Démystifier la charte de difficulté / Stratégies de routines	Mouvements acrobatiques	12h45-14h15	DÎNER
14h15-15h15	Mouvements acrobatiques	Démystifier la charte de difficulté / Stratégies de routines	14h15-15h15	Démystifier la charte de difficulté
15h30-16h00	Période de questions avec un TC + entraîneur	Période de questions avec un TC + entraîneur	15h30-16h00	Période de questions avec un TC + entraîneur